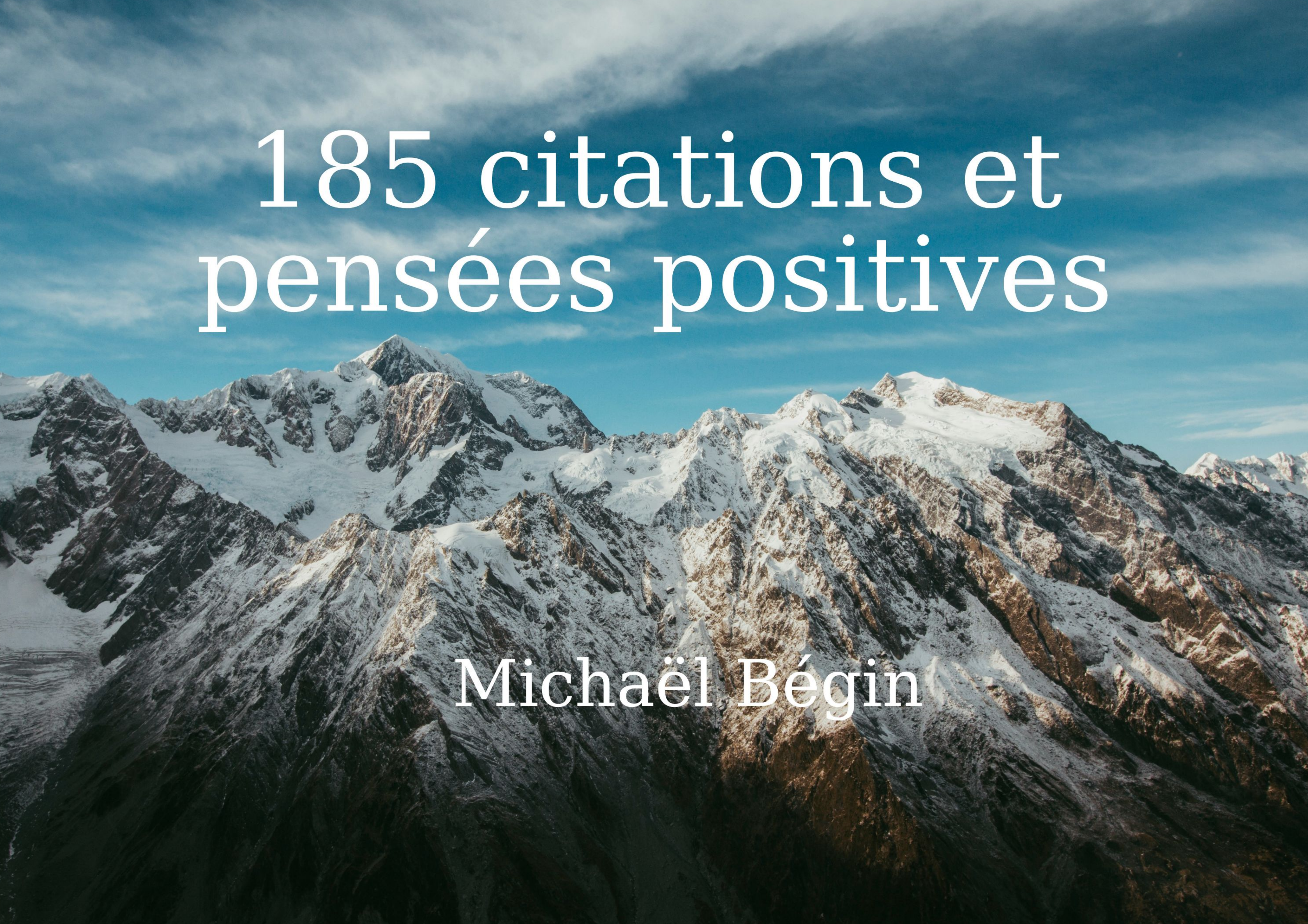


185 citations et pensées positives

Michaël Bégin

Biographie de l'auteur

Michaël Bégin est un auteur multidisciplinaire engagé, dont le travail explore les grandes questions sociales, médicales, éthiques et environnementales de notre époque. Écrivain autodidacte et infatigable, il consacre sa vie à penser, écrire et agir pour un monde plus lucide, plus juste et plus humain.

Dans un monde saturé de bruit, de polarisation et de simplification, il choisit résolument de défendre la complexité, sans céder à l'hermétisme.

Pour lui, l'écriture est un acte de résistance, un moyen de transmission, un geste de réparation. Chaque mot qu'il pose cherche à éclairer sans asséner, à comprendre sans juger, à relier plutôt qu'à diviser.

Tous ses ouvrages sont accessibles gratuitement ici :

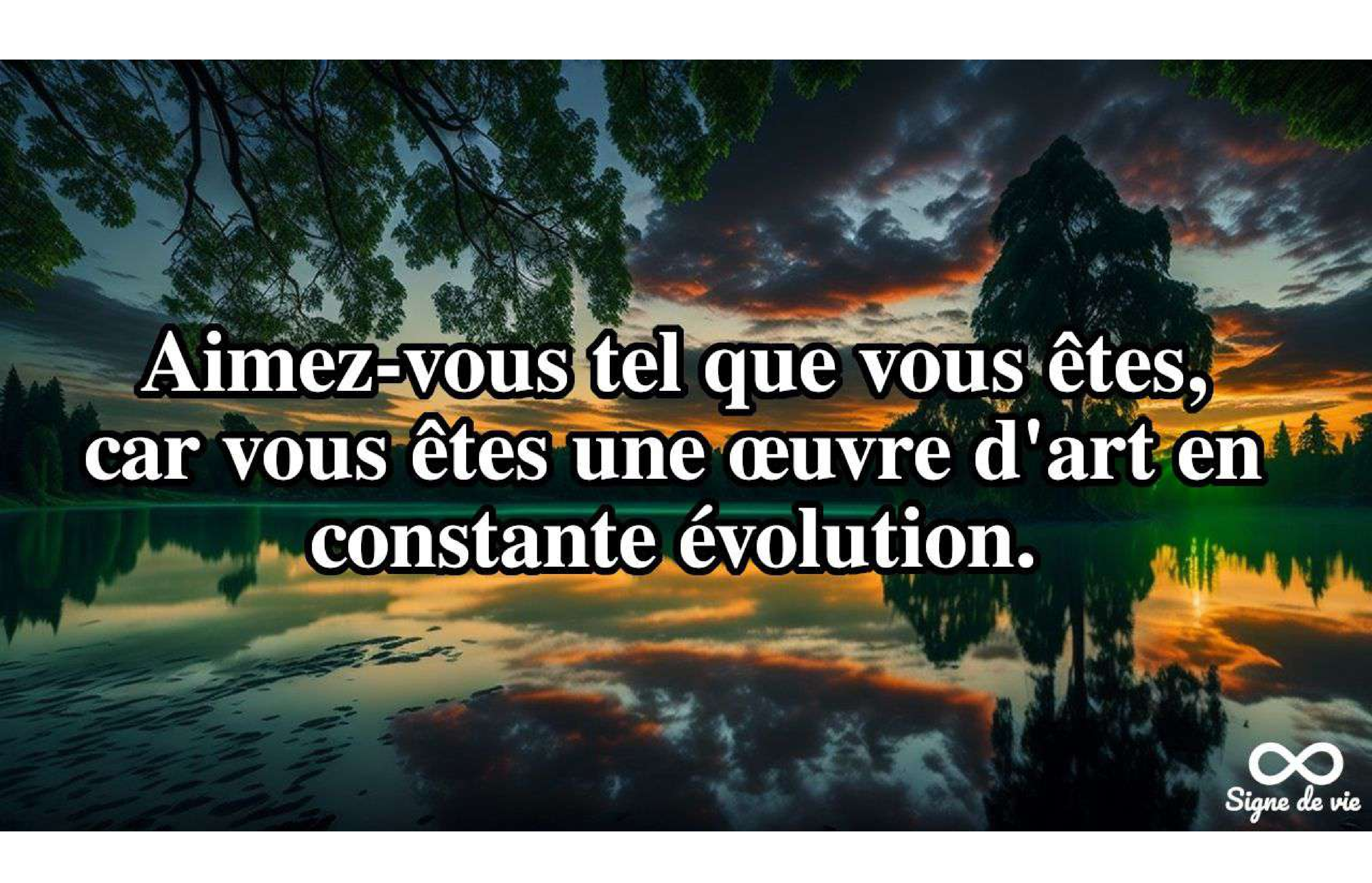
archive.org/details/@micha_l_b_gin/uploads

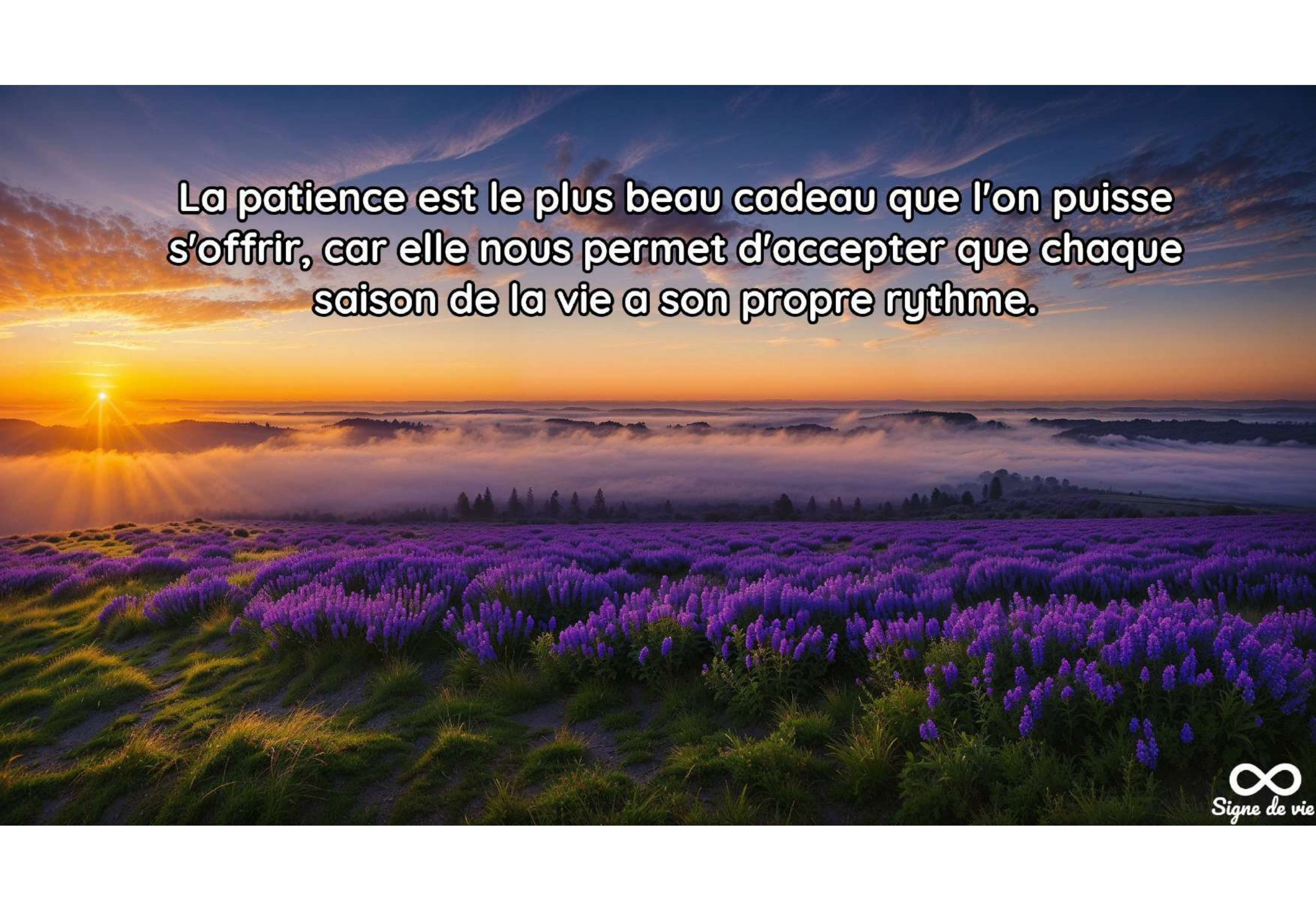
https://www.unesante.com

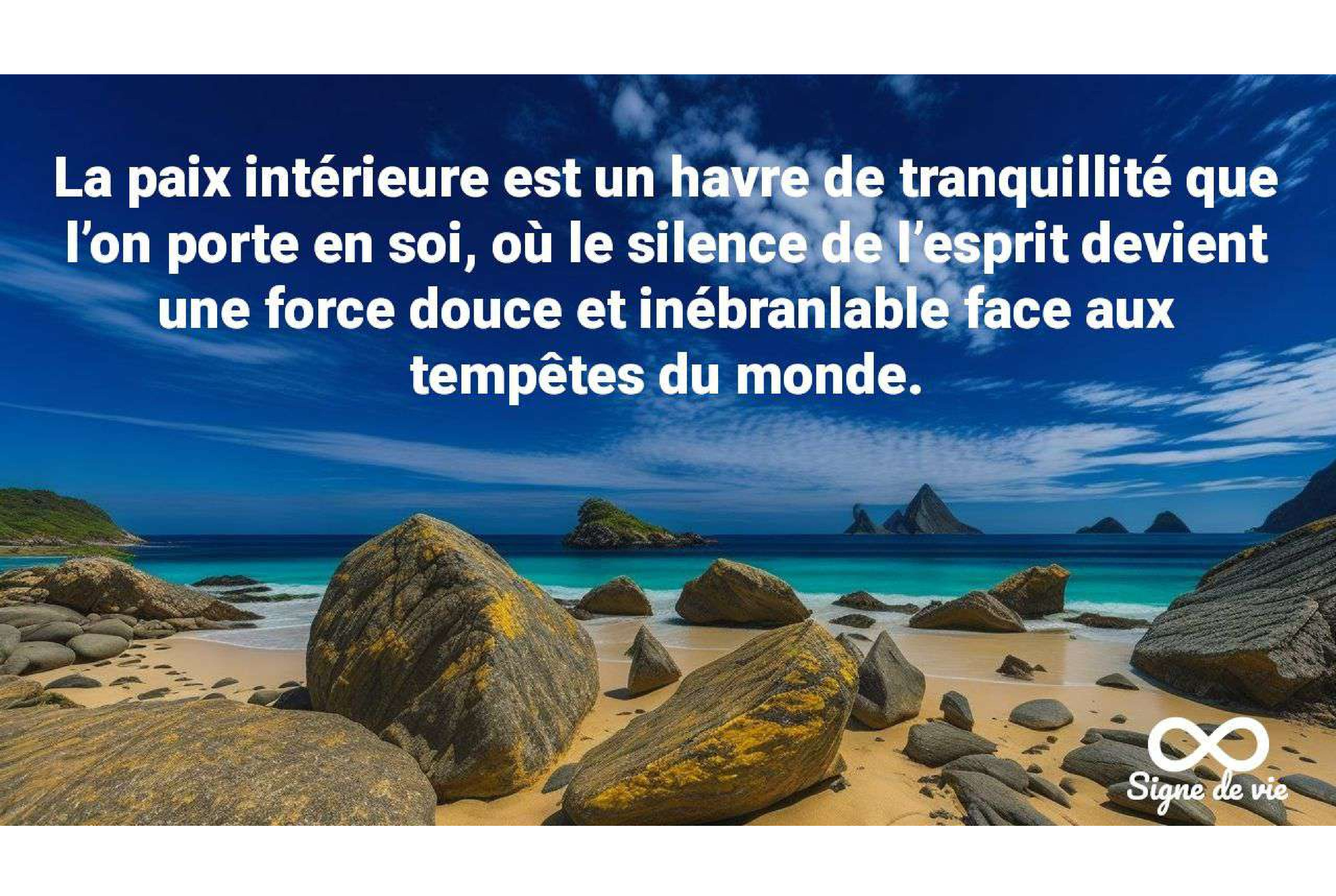
Réalisations de l'auteur

1. La bible médicale
2. La défaite électorale
3. La dépendance à la pornographie
4. L'aide médicale à mourir – Tirer la plug!
5. Le combat contre le cancer
6. Le pouvoir des plantes
7. Les bouleversements du climat et de la nature
8. Les classes des médicaments
9. Les dérèglements irréversibles du climat et de la nature
10. Les fausses croyances
11. Les infections
12. Les infections sexuellement transmissibles
13. Les maladies auto-inflammatoires
14. Les maladies cutanées
15. Les maladies des mains
16. Les maladies du pied
17. Les maladies du système immunitaire
18. Les maladies endocriniennes rares
19. Les maladies et troubles gastro-intestinaux
20. Les maladies infantiles
21. Les maladies liées au vieillissement
22. Les maladies métaboliques
23. Les maladies musculo-squelettiques et rhumatologiques
24. Les maladies neurodégénératives
25. Les maladies ORL et des yeux
26. Les maladies pulmonaires
27. Les maladies rares
28. Les maladies rénales et urinaires
29. Les troubles cardiaques
30. Les troubles de la nutrition
31. Les troubles digestifs fonctionnels
32. Les troubles du système reproducteur
33. Les troubles hormonaux
34. Les troubles mentaux
35. Les troubles neurologiques
36. Manger peu, souvent et de qualité
37. Pathologies de la coagulation et des thromboses
38. Urgences médicales et premiers soins
39. Vie artificielle
40. Vivre avec une maladie invisible
41. La bible médicale 2025


Le changement est une opportunité de croissance :
Chaque nouvelle situation permet d'apprendre, de
s'adapter et de se dépasser.
Signe de vie


Aimez-vous tel que vous êtes,
car vous êtes une œuvre d'art en
constante évolution.
Signe de vie


La patience est le plus beau cadeau que l'on puisse s'offrir, car elle nous permet d'accepter que chaque saison de la vie a son propre rythme.
Signe de vie


La paix intérieure est un havre de tranquillité que l'on porte en soi, où le silence de l'esprit devient une force douce et inébranlable face aux tempêtes du monde.
Signe de vie


Mieux vaut vivre une vie
bâtie sur la satisfaction que
celle bâtie sur le désir.
Signe de vie


La blessure est l'endroit par où la lumière entre en vous
Signe de vie

Accepter qui vous êtes est le premier pas vers la liberté et la paix intérieure.




Les défis d'aujourd'hui
sont les forces de demain.
Signe de vie

La nuit est un doux refuge où les étoiles illuminent nos rêves et où le calme apaise l'âme, offrant un moment de sérénité et de renouveau.



Le changement est le moteur du progrès :
Sans transformation, il n'y a pas
d'amélioration, et ce qui est aujourd'hui une
nouveauté sera demain une source de fierté.




La beauté de la vie réside dans sa capacité à se réinventer, à offrir des moments de joie inattendue et à émerveiller par sa simplicité.
Signe de vie


Un acte de gentillesse peut être petit, mais son écho résonne longtemps dans le cœur de ceux qui en bénéficient.
Signe de vie

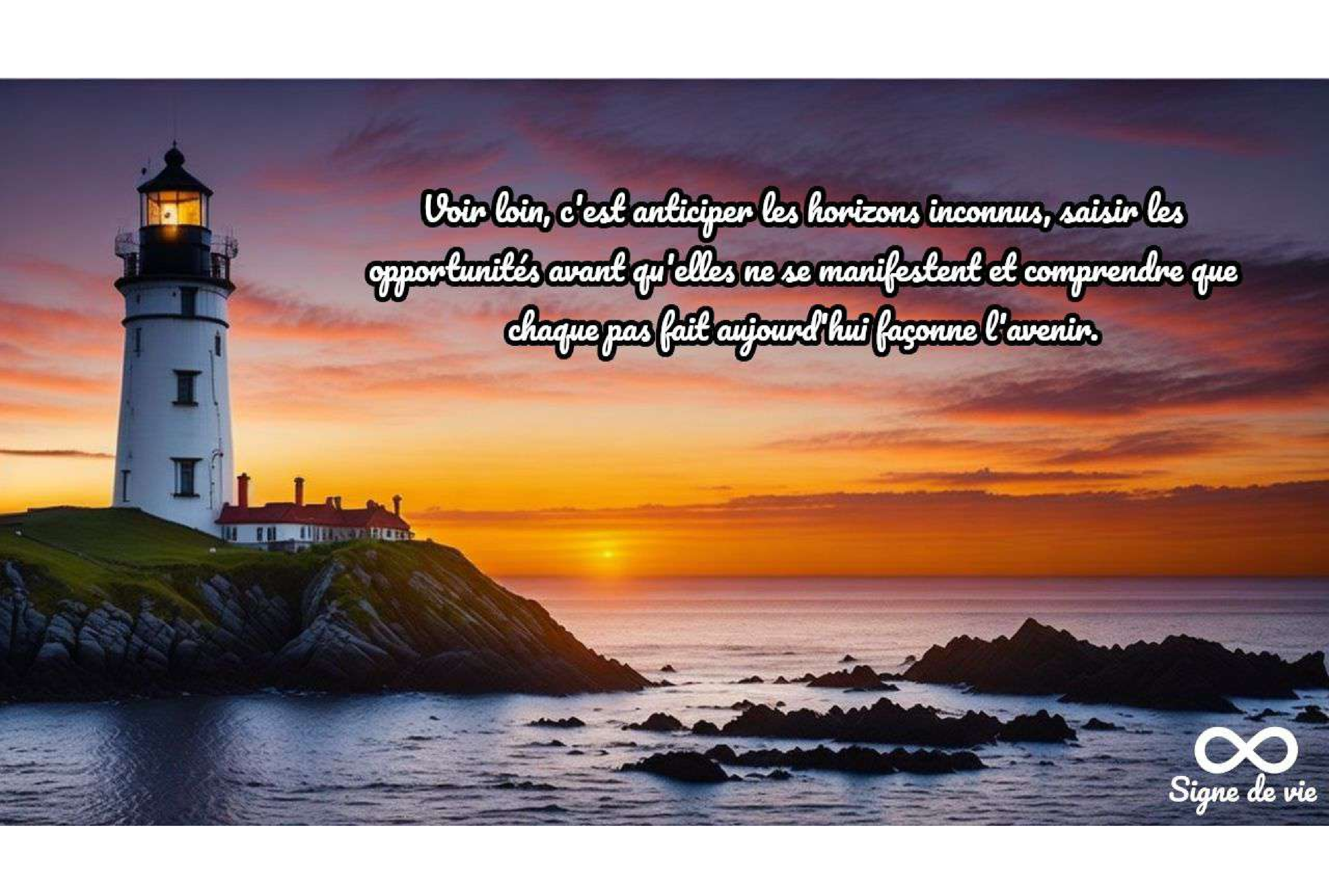

Le changement ouvre des portes à de nouvelles possibilités : C'est souvent dans l'inconnu que se trouvent les plus belles découvertes et les opportunités inattendues.
Signe de vie

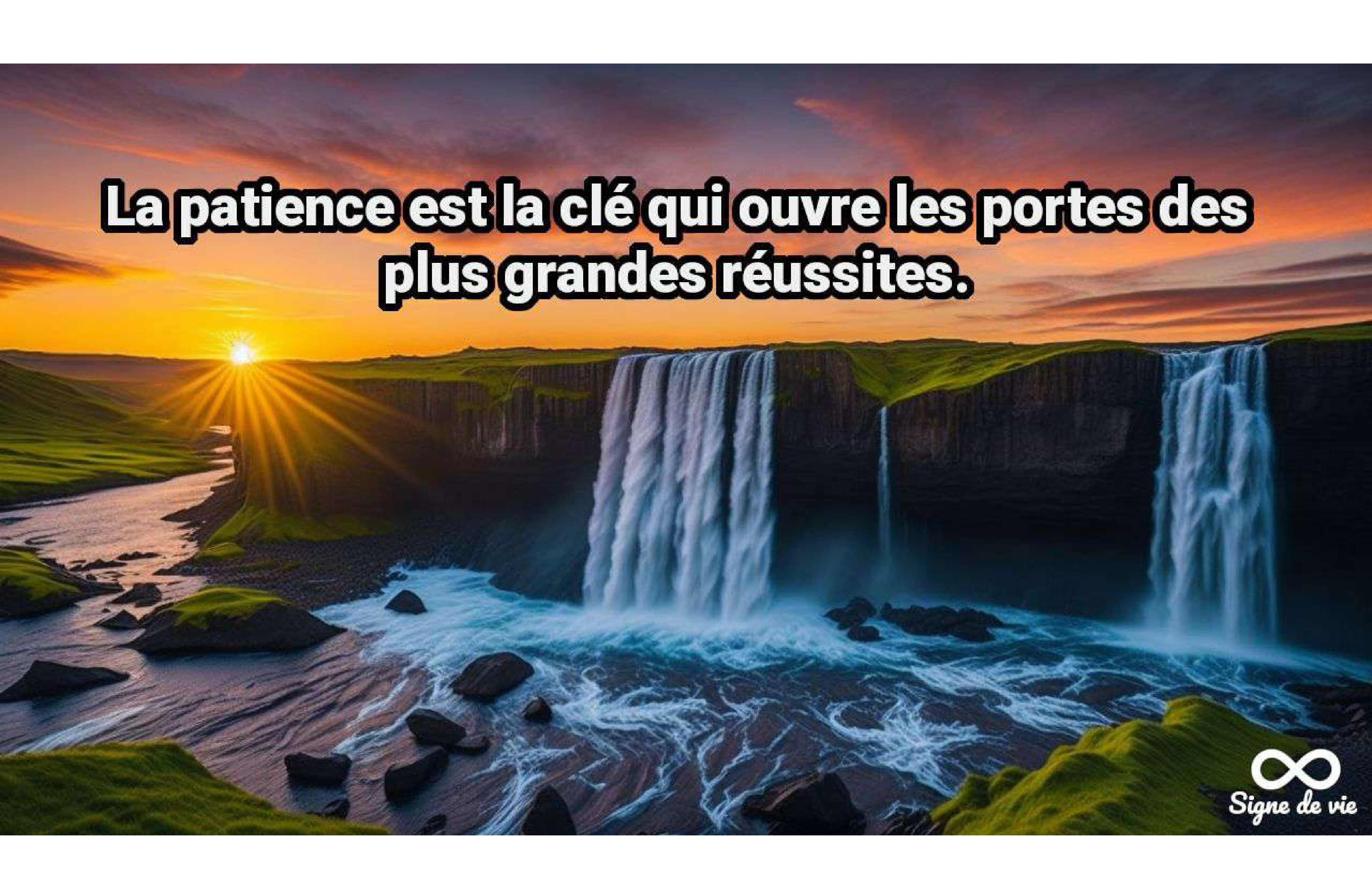

Chaque petit pas en avant est une victoire vers un avenir meilleur.
Signe de vie


Le coucher de soleil est la preuve que chaque fin porte en elle la promesse d'un nouveau commencement.
Signe de vie

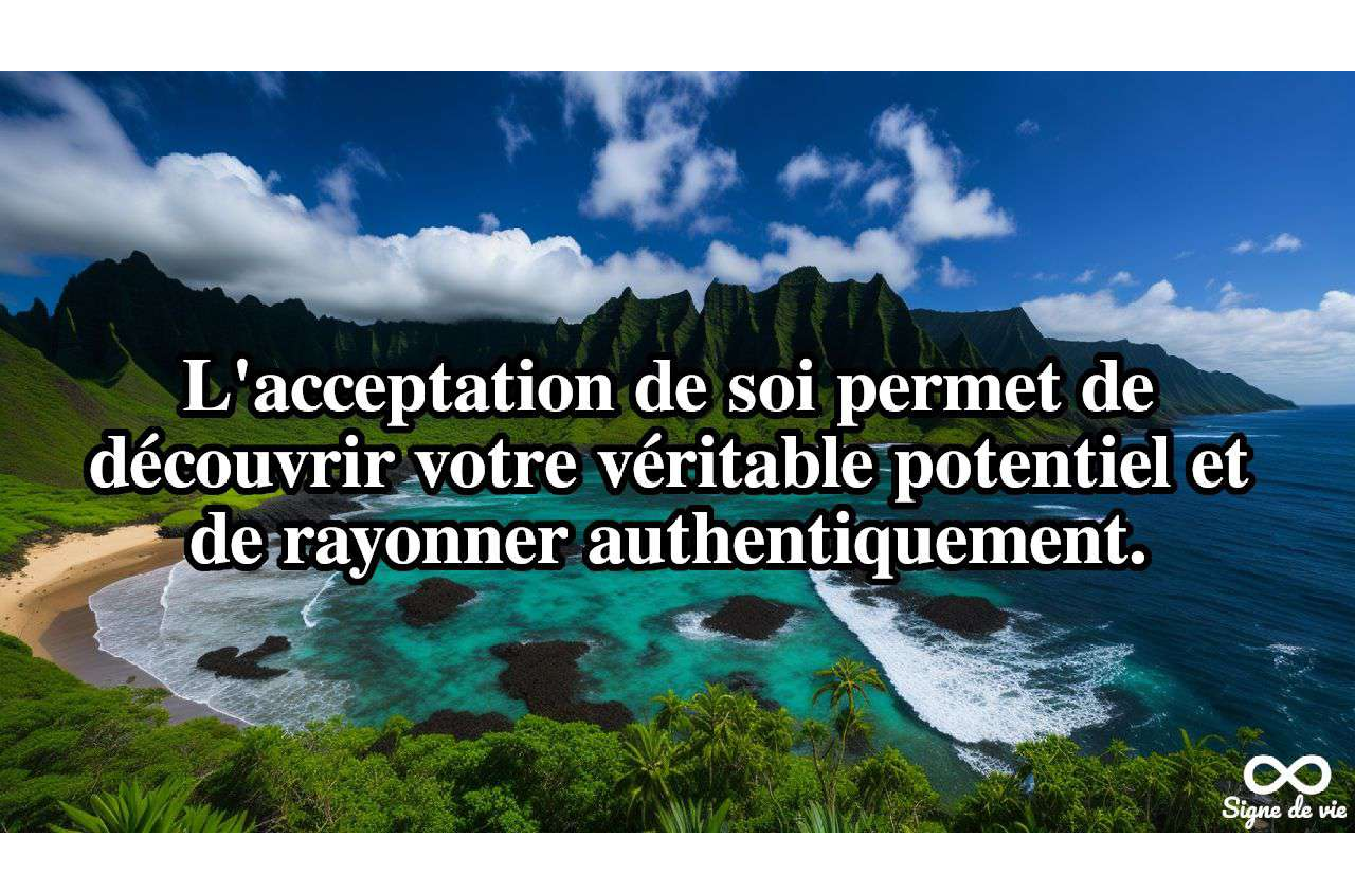

Les pires moments de la vie enseignent les meilleures leçons de la vie.
Signe de vie

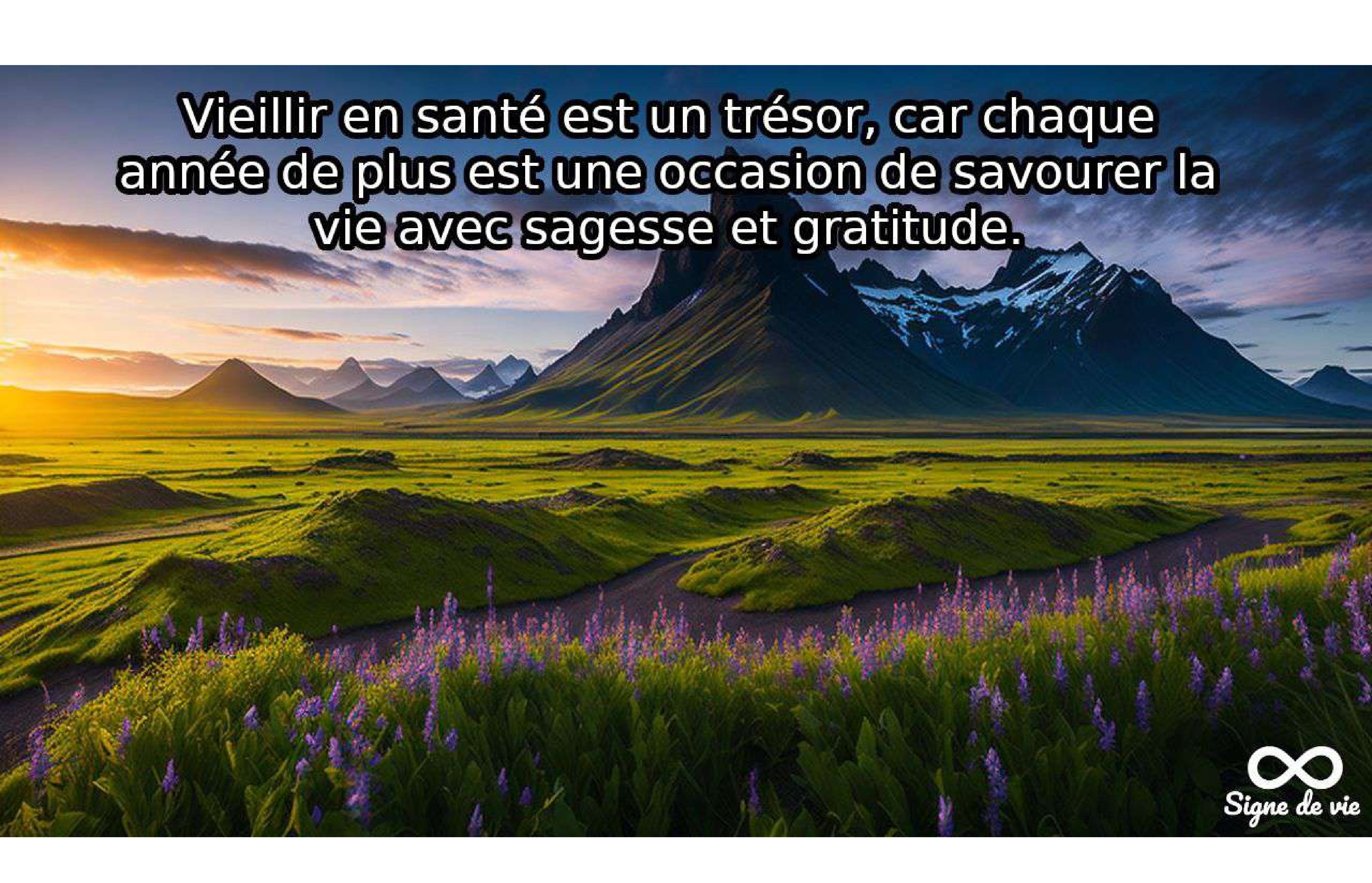

La vie est comme un miroir,
elle te sourit si tu lui souris.
Signe de vie

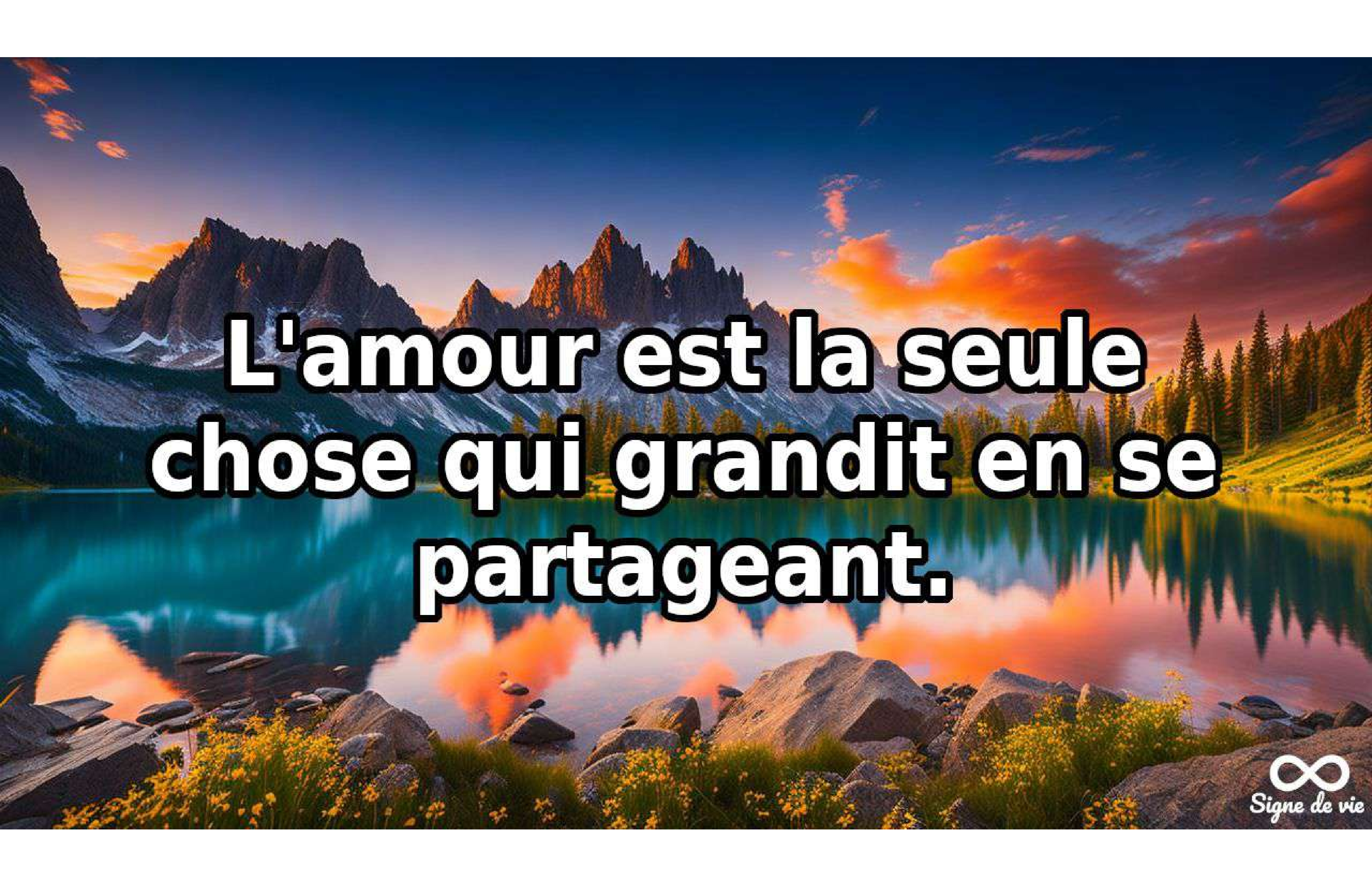

Voir loin, c'est anticiper les horizons inconnus, saisir les opportunités avant qu'elles ne se manifestent et comprendre que chaque pas fait aujourd'hui façonne l'avenir.
Signe de vie


La patience est la clé qui ouvre les portes des plus grandes réussites.
Signe de vie


Même dans les moments les plus sombres, il y a toujours une lumière prête à apparaître.
Signe de vie


L'acceptation de soi permet de découvrir votre véritable potentiel et de rayonner authentiquement.
Signe de vie


Vieillir en santé est un trésor, car chaque
année de plus est une occasion de savourer la
vie avec sagesse et gratitude.
Signe de vie


L'amour est la seule chose qui grandit en se partageant.
Signe de vie

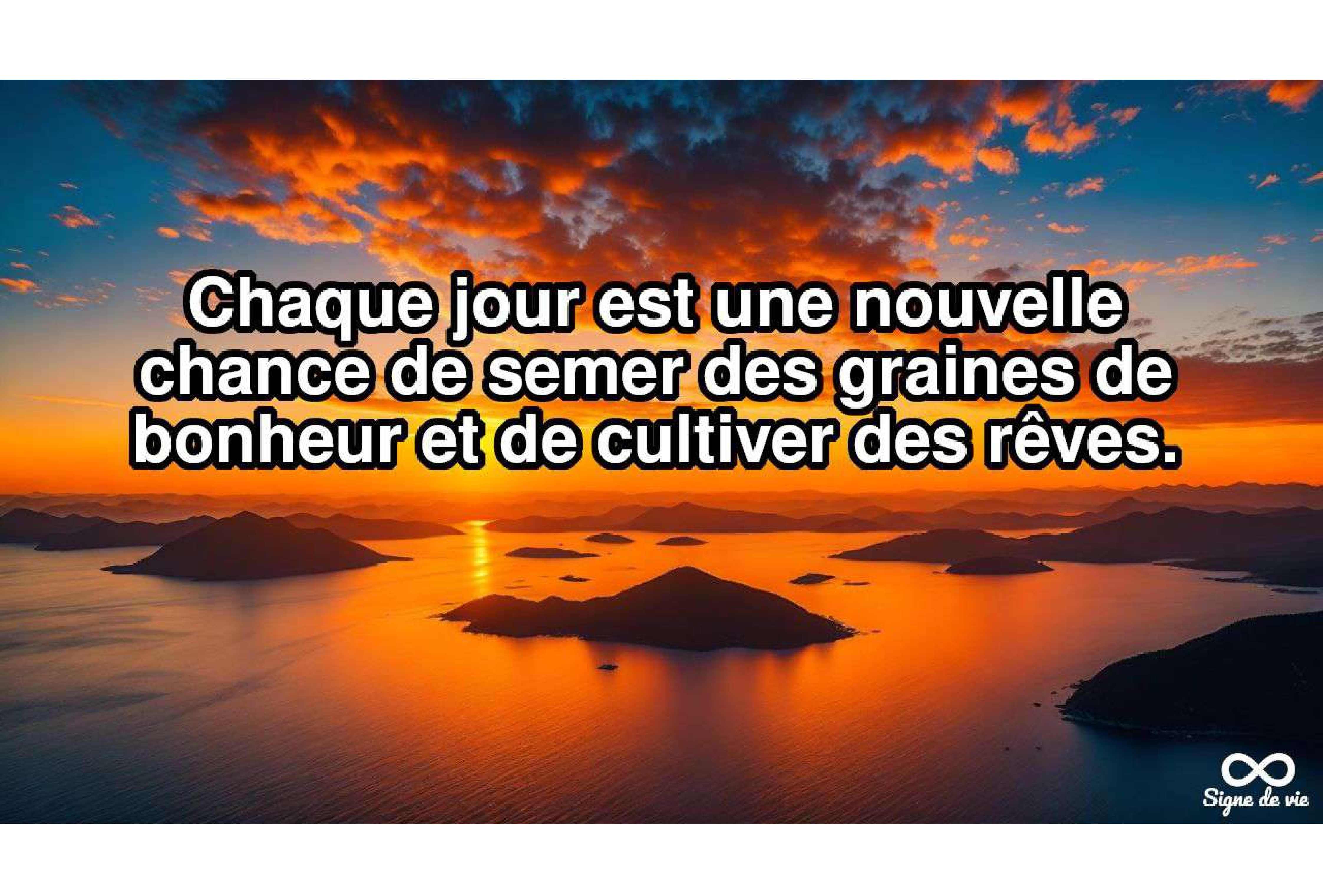

Le bonheur c’est le plaisir sans remords.
Signe de vie

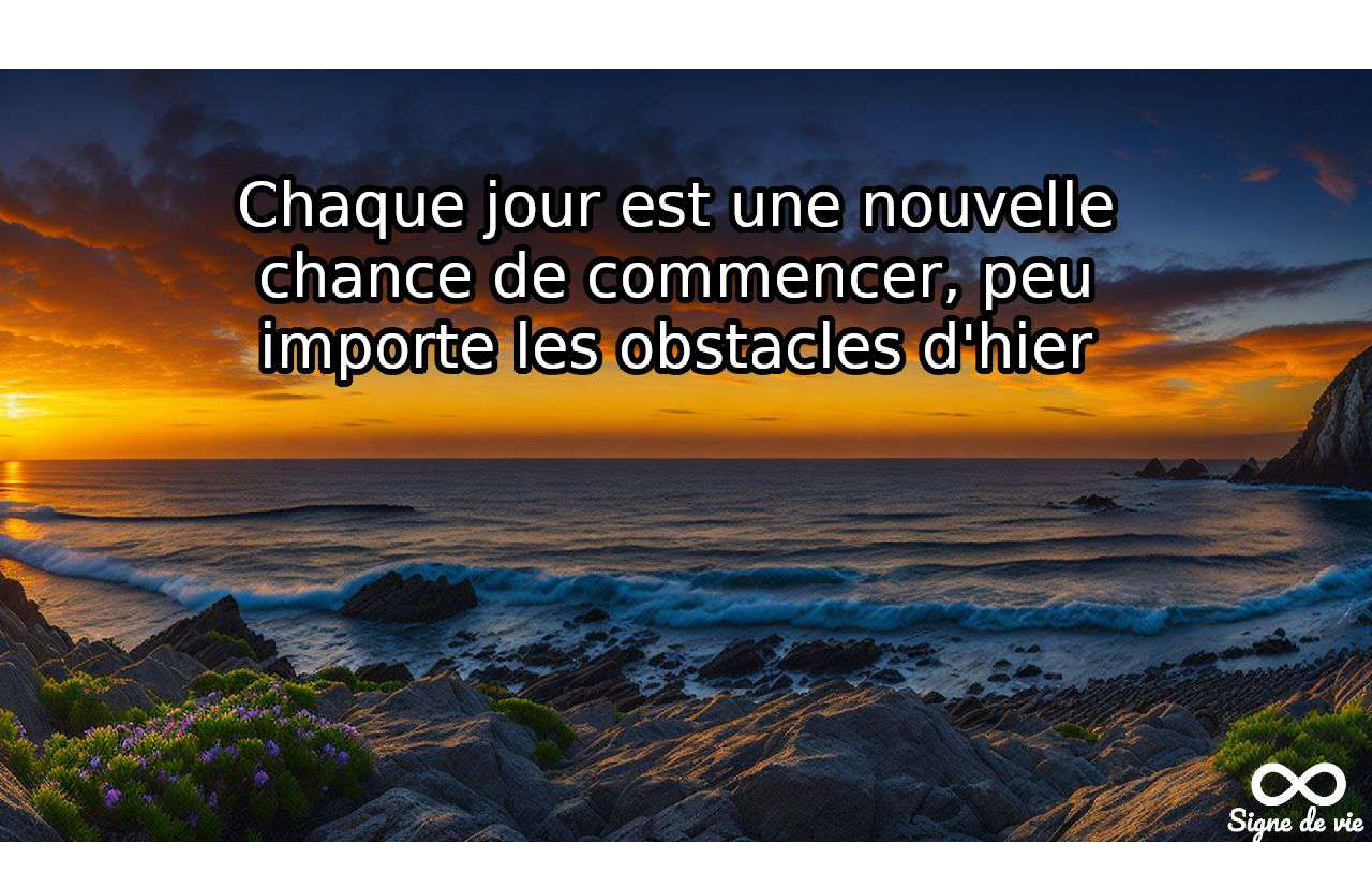

La compréhension crée des ponts là où il y avait
des murs, rapprochant les cœurs et les esprits.
Signe de vie


Les petits pas d'aujourd'hui
deviennent les grandes
réussites de demain.
Signe de vie

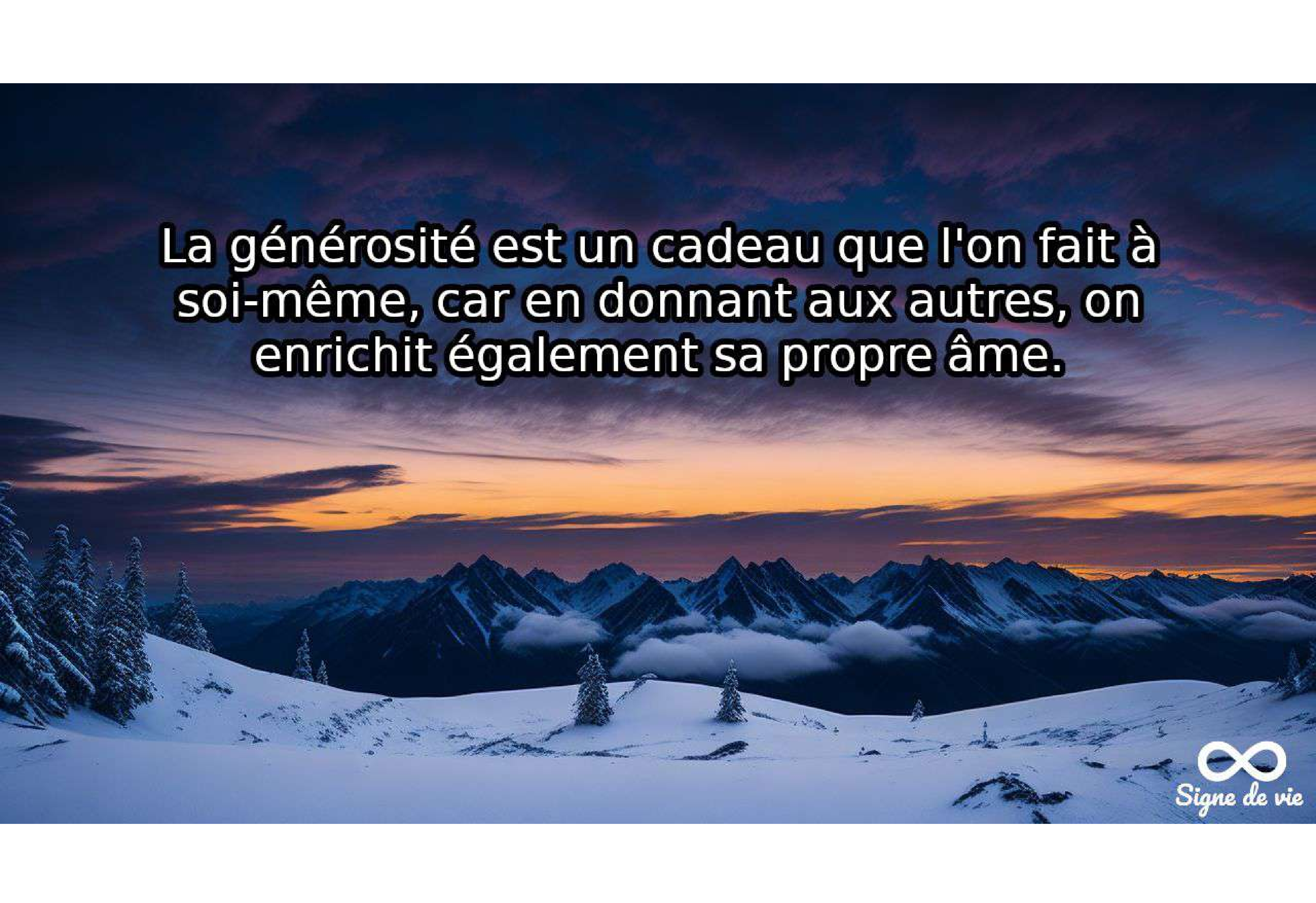
Le dévouement est la clé de toute réussite durable, car rien de grand ne s’accomplit sans passion et persévérance.



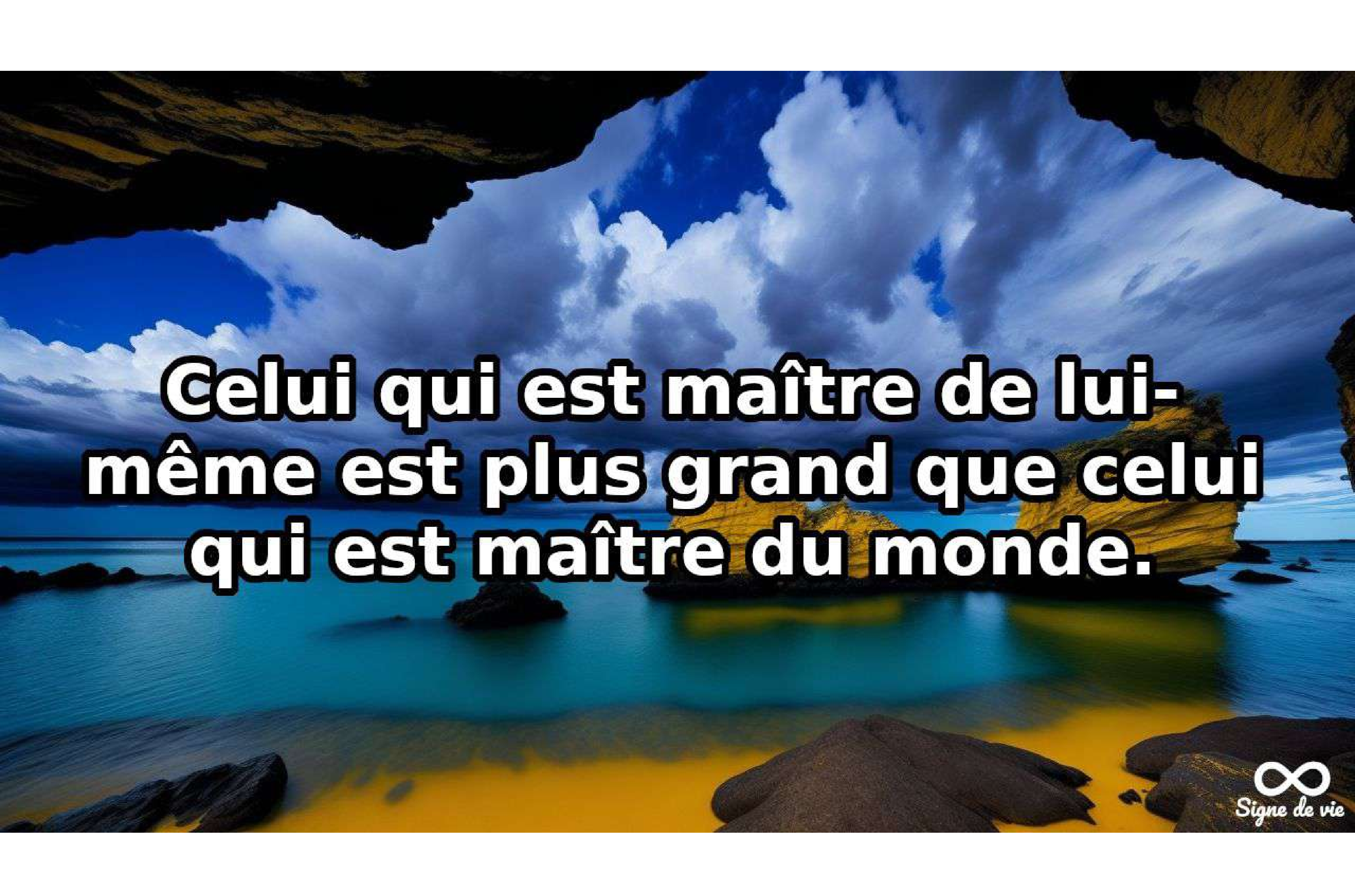

Chaque jour est une nouvelle chance de semer des graines de bonheur et de cultiver des rêves.
Signe de vie

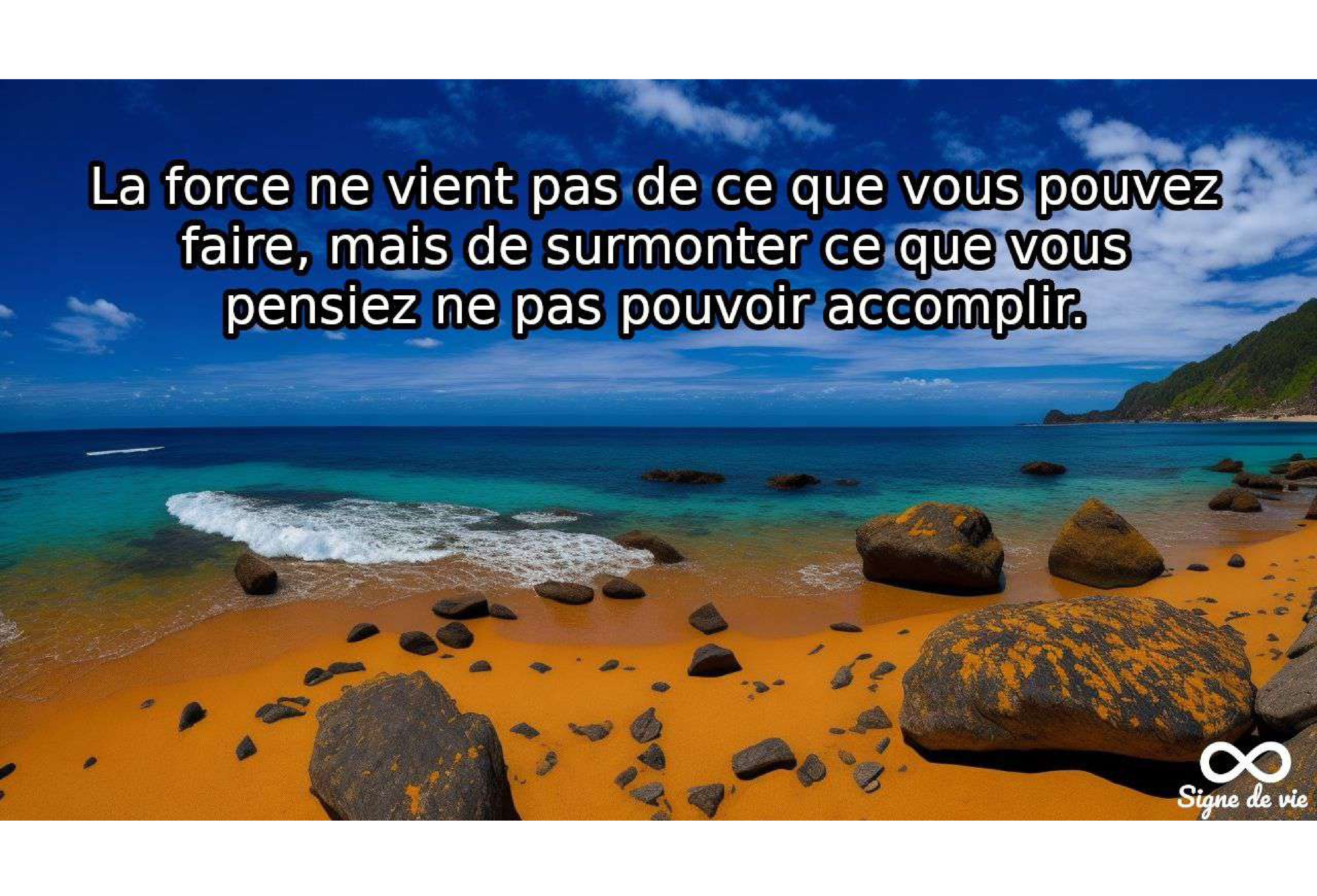

Chaque jour est une nouvelle chance de commencer, peu importe les obstacles d'hier
Signe de vie


La sagesse ne vient pas avec l'âge, mais avec
la capacité à apprendre de chaque expérience,
qu'elle soit douce ou amère.
Signe de vie


La générosité est un cadeau que l'on fait à soi-même, car en donnant aux autres, on enrichit également sa propre âme.
Signe de vie

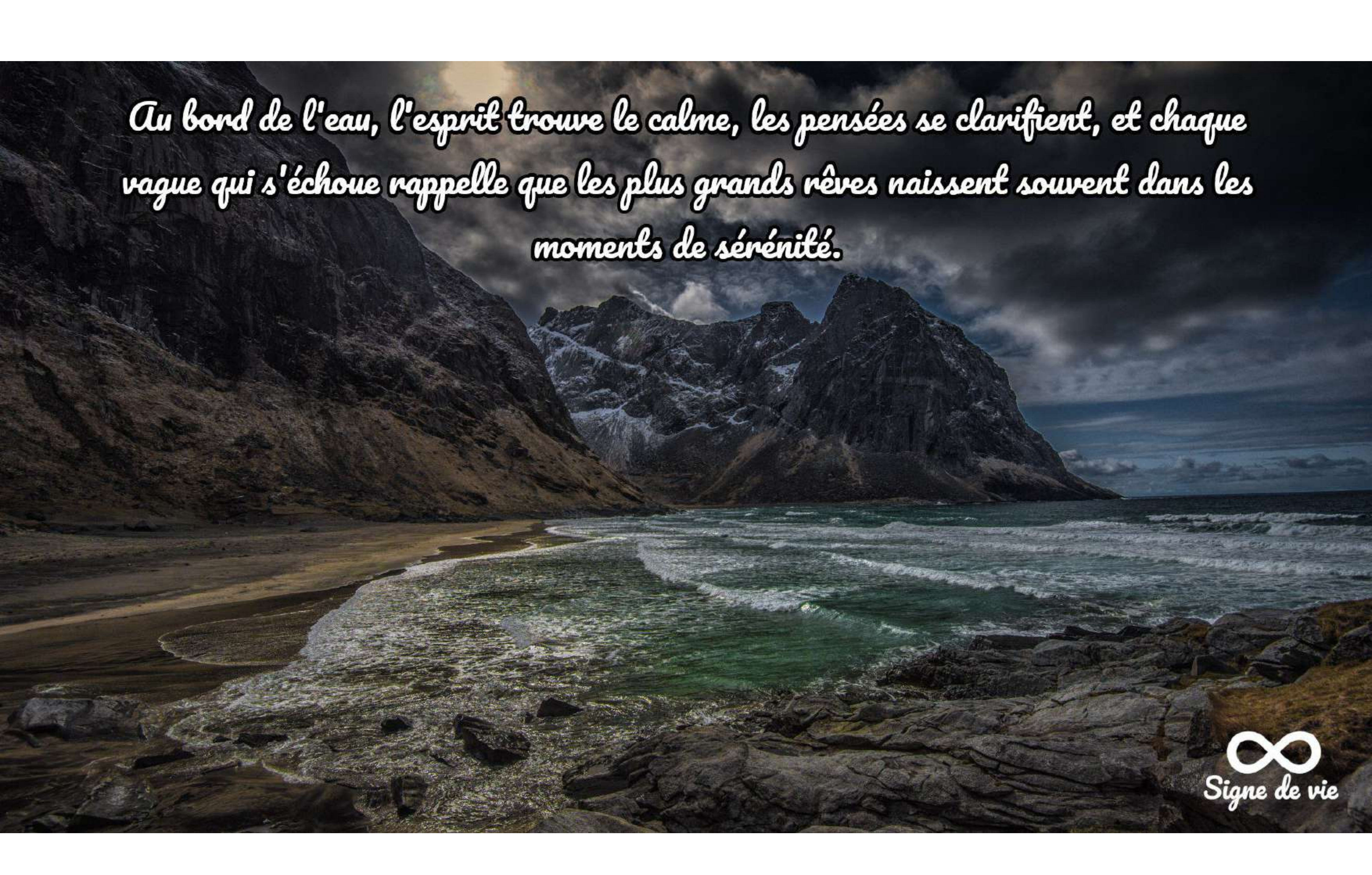

Chaque imperfection est une occasion de grandir et de célébrer votre unicité.
Signe de vie


Celui qui est maître de lui-
même est plus grand que celui
qui est maître du monde.
Signe de vie


La force ne vient pas de ce que vous pouvez faire, mais de surmonter ce que vous pensiez ne pas pouvoir accomplir.
Signe de vie


Votre potentiel est infini, et chaque petit pas vous rapproche de vos objectifs
Signe de vie


Le bonheur ne se trouve pas dans les choses,
mais dans les moments que l'on partage.
Signe de vie


Au bord de l'eau, l'esprit trouve le calme, les pensées se clarifient, et chaque vague qui s'échoue rappelle que les plus grands rêves naissent souvent dans les moments de sérénité.
Signe de vie


Vis comme si tu devais mourir demain, apprends comme si tu devais vivre toujours.
Signe de vie


La force réside dans les différences,
pas dans les similitudes.
Signe de vie


Le beau temps nous inspire et nous ressource, mais ce sont les tempêtes qui nous fortifient, nous poussant à grandir et à apprécier pleinement chaque éclaircie.
Signe de vie

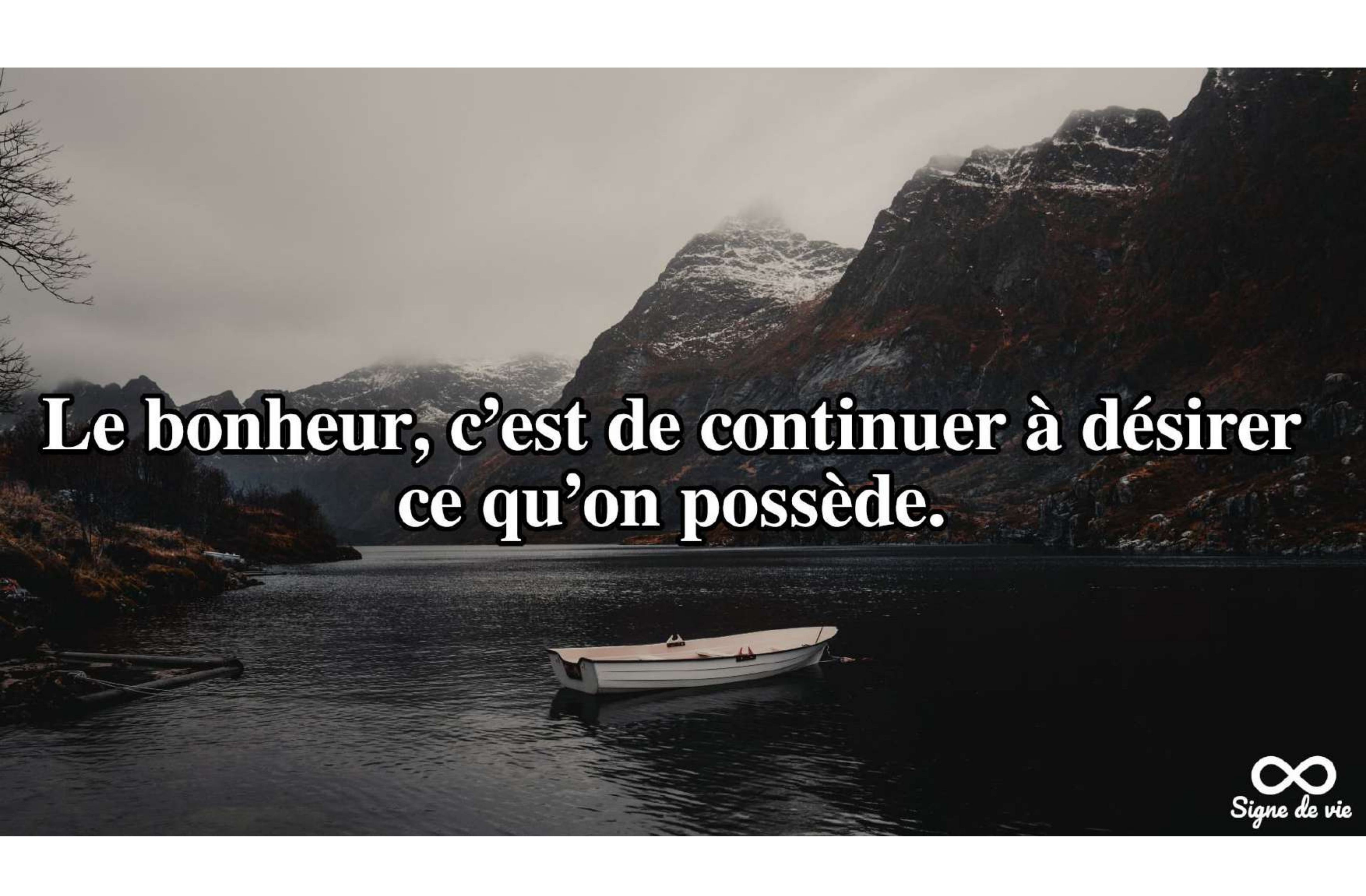

La neige est un poème. Un poème qui tombe des nuages
en flocons blancs et légers.
Signe de vie

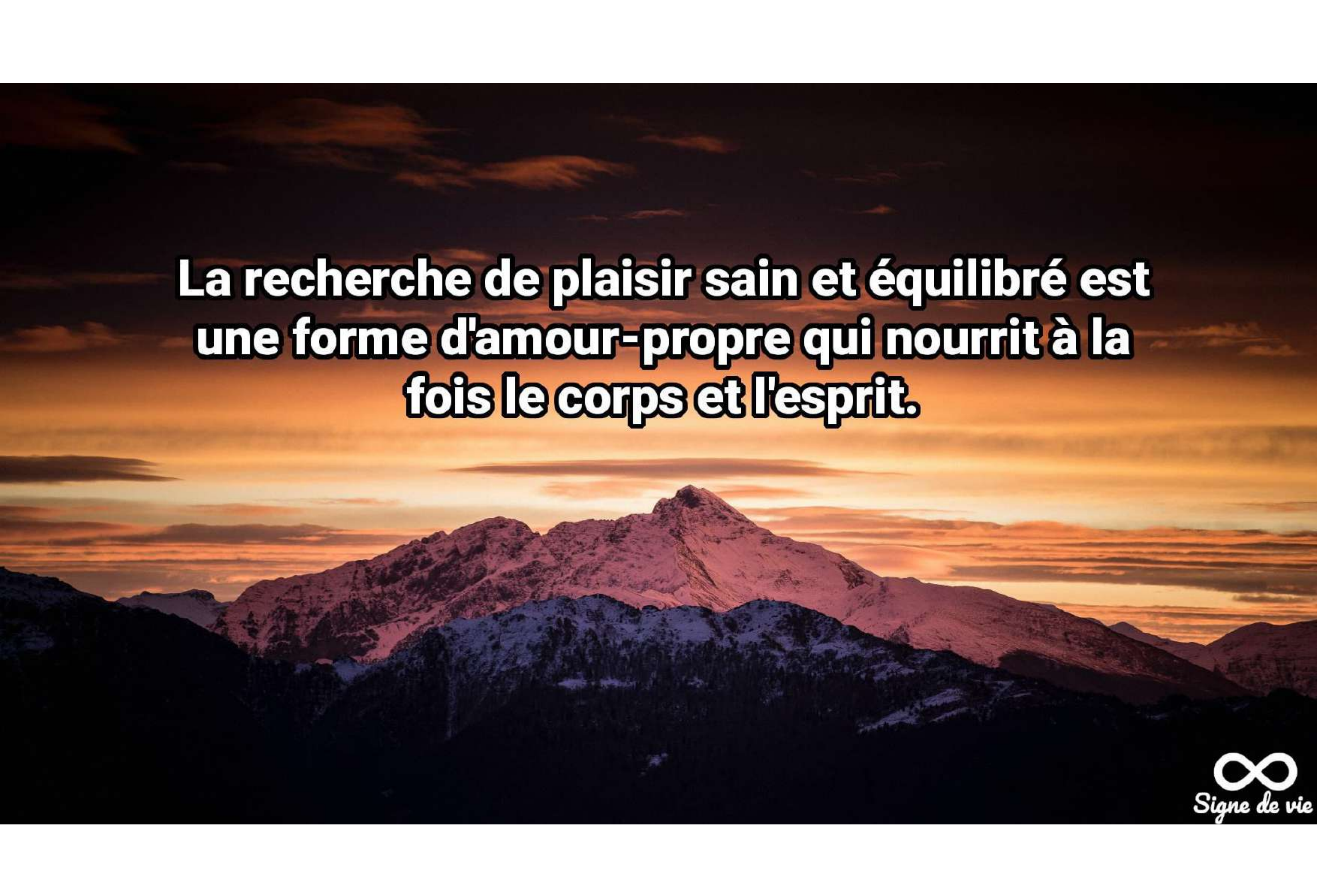

Le vol de l'oiseau est une poésie que le vent écrit dans le ciel.
Signe de vie

Libérez vos attentes, restez ouvert au voyage, explorez ce qui est juste en face de vous.



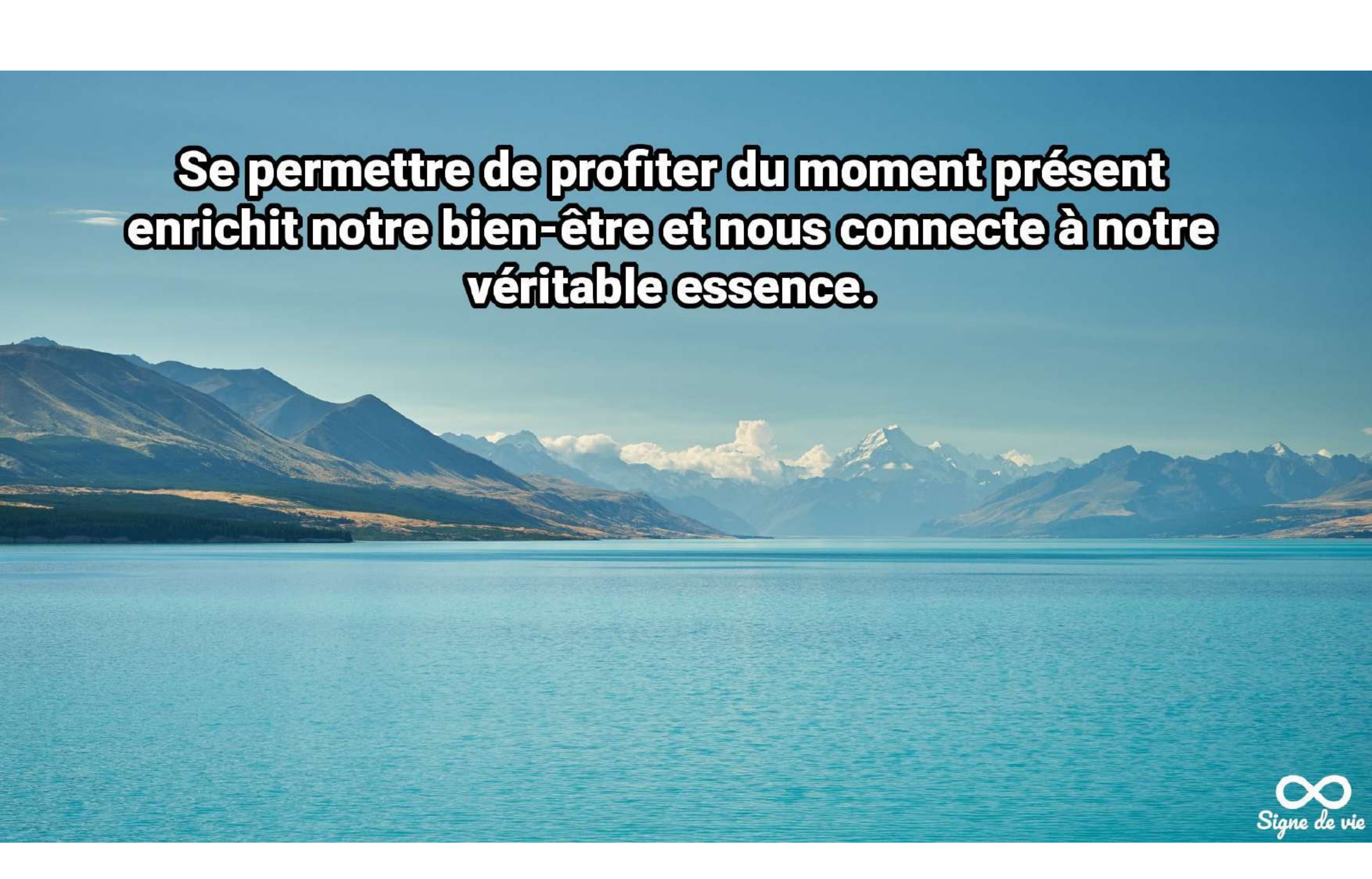

Le plaisir cultivé dans la gratitude
transforme les expériences ordinaires en
moments extraordinaires.
Signe de vie

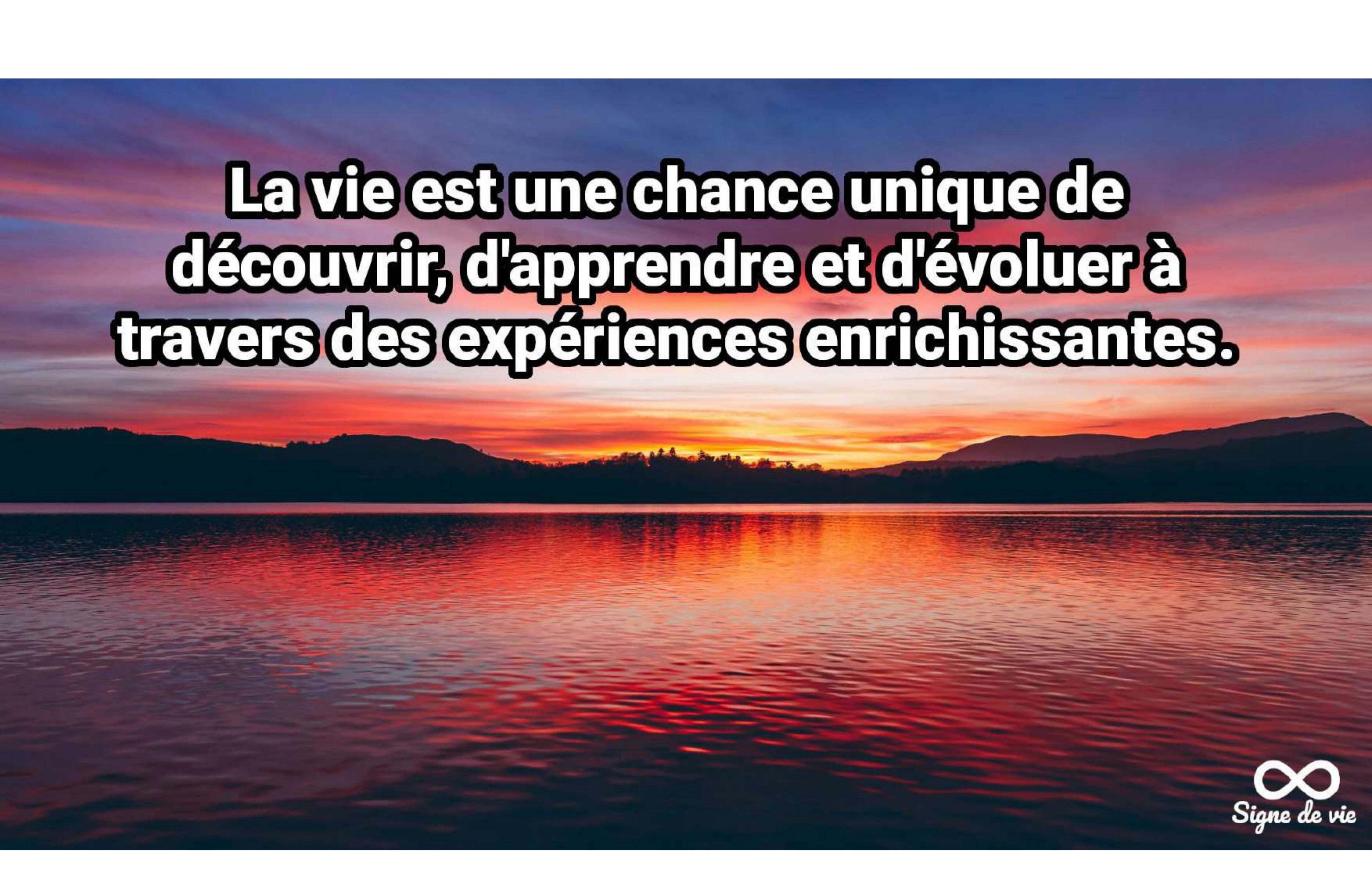

Le bonheur, c'est de continuer à désirer
ce qu'on possède.
Signe de vie

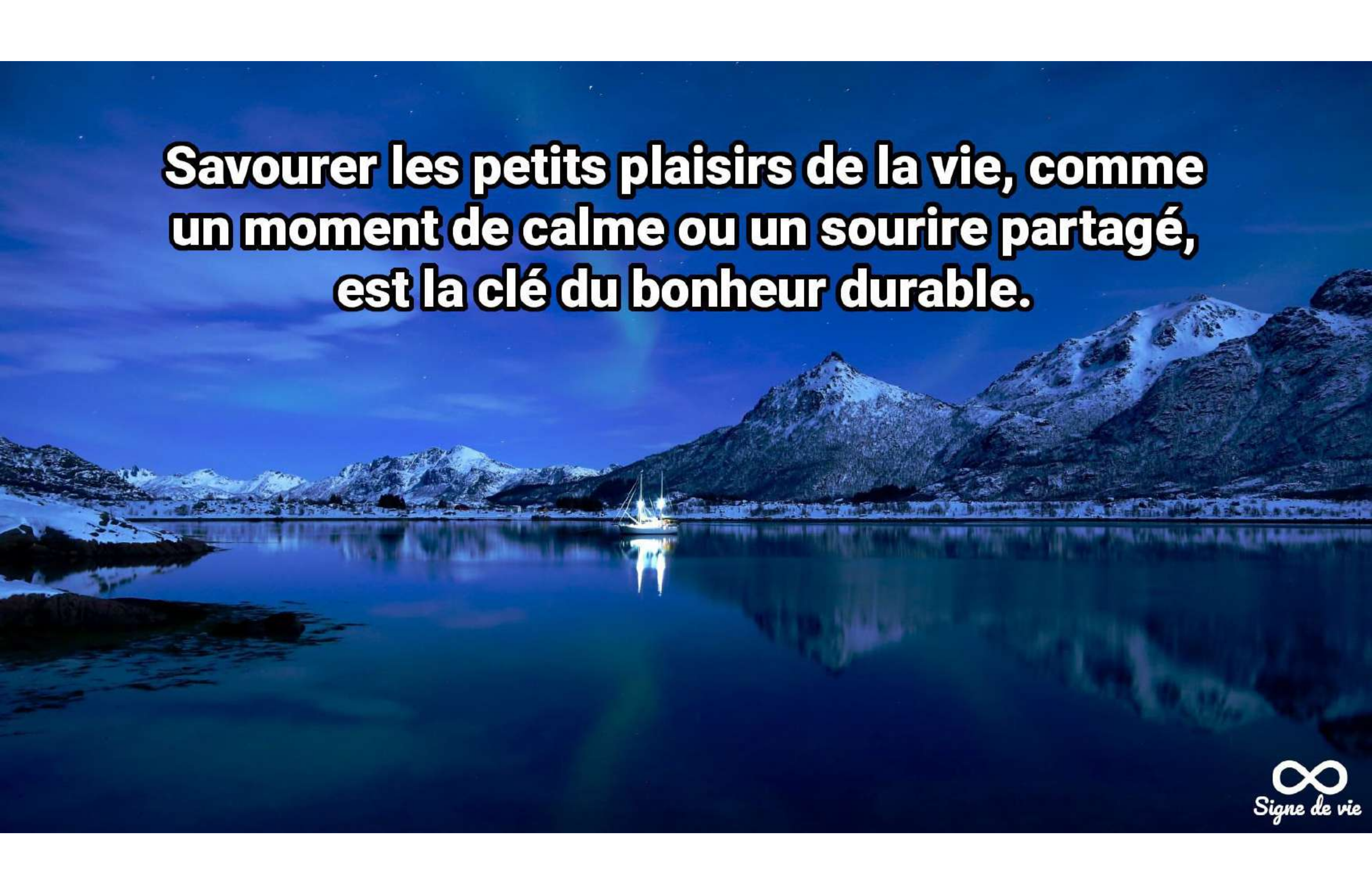

La recherche de plaisir sain et équilibré est une forme d'amour-propre qui nourrit à la fois le corps et l'esprit.
Signe de vie


La seule limite à notre
épanouissement de demain sera
nos doutes d'aujourd'hui.


Signe de vie


Se permettre de profiter du moment présent enrichit notre bien-être et nous connecte à notre véritable essence.
Signe de vie


La vie est une chance unique de découvrir, d'apprendre et d'évoluer à travers des expériences enrichissantes.
Signe de vie


Savourer les petits plaisirs de la vie, comme
un moment de calme ou un sourire partagé,
est la clé du bonheur durable.
Signe de vie


La force ne vient pas de la capacité
physique, elle vient d'une volonté
indomptable.
Signe de vie


Même dans les moments difficiles, garde espoir : c'est dans l'obscurité que les étoiles brillent le plus.
Signe de vie


Le bonheur n’est pas un chemin, c’est la façon
dont tu choisis de marcher.
Signe de vie

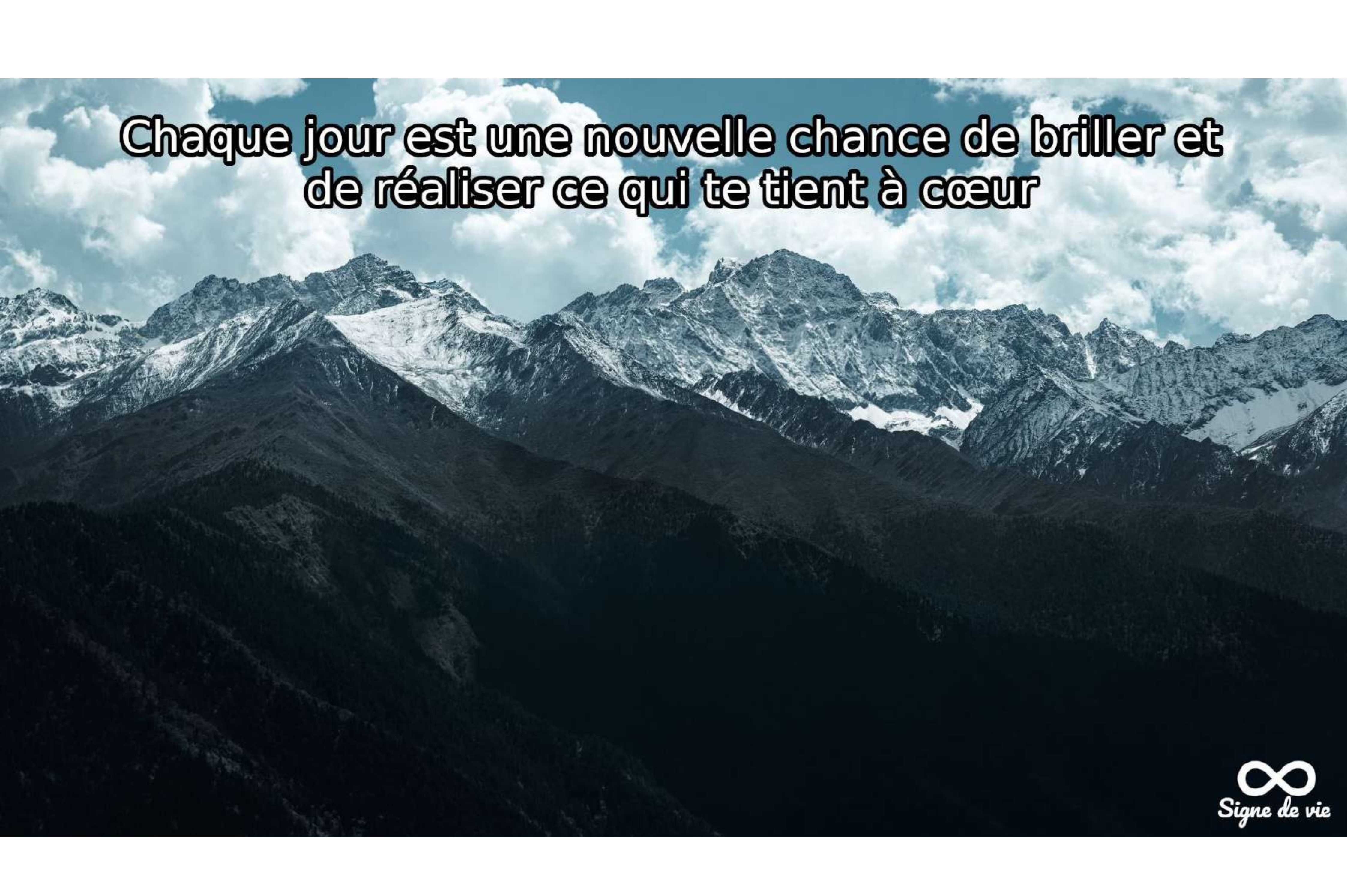

Guérir, c'est toucher avec amour ce qui a été
précédemment touché par la peur.
Signe de vie


Mon amour est propre,
veillez à ne pas le salir.
Signe de vie


Je suis reconnaissant pour ce moment présent,
où je trouve calme et clarté dans mon esprit.
Signe de vie

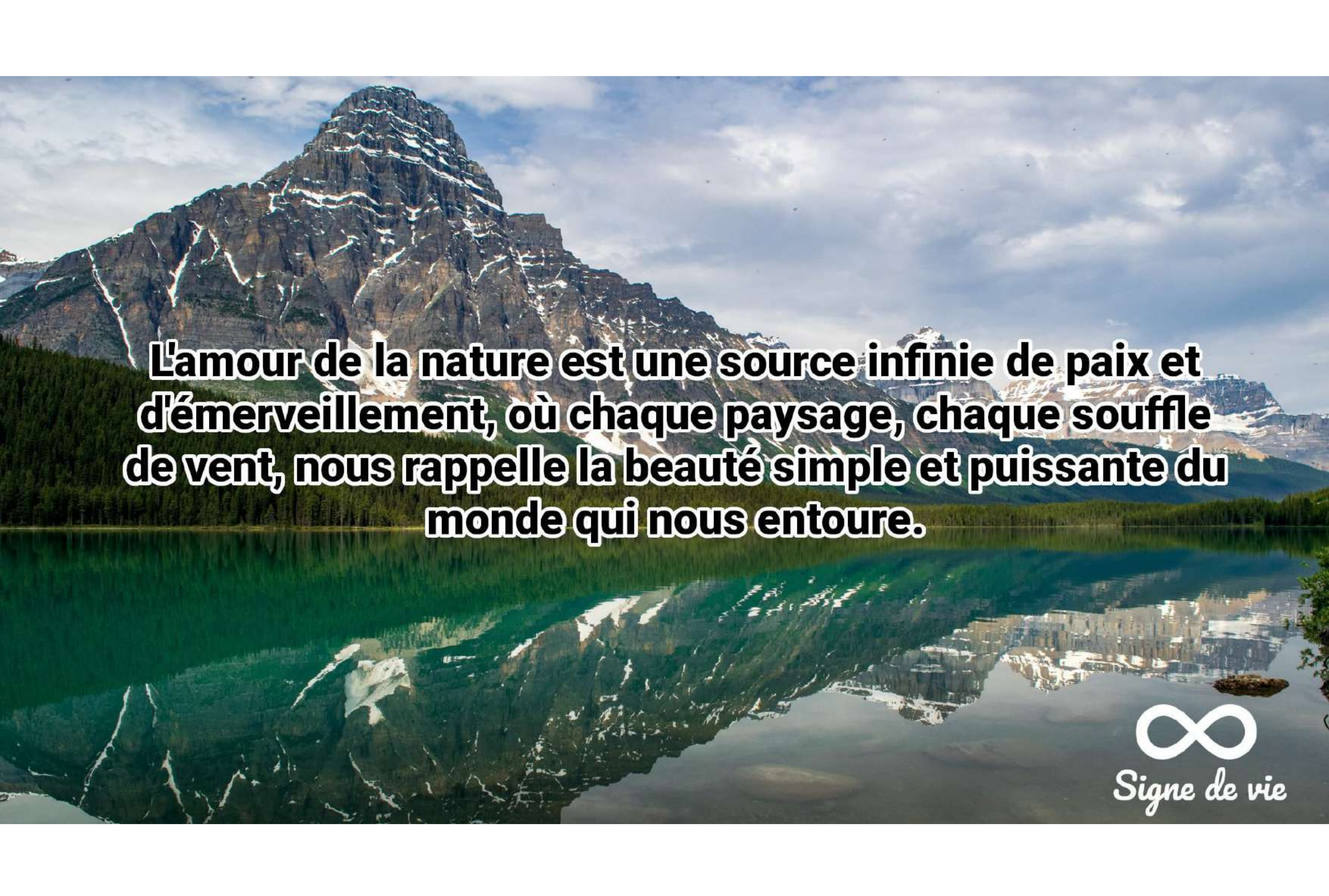
La méditation nous ancre dans l'instant présent, nous permettant d'atteindre un profond état de calme et de clarté intérieure.

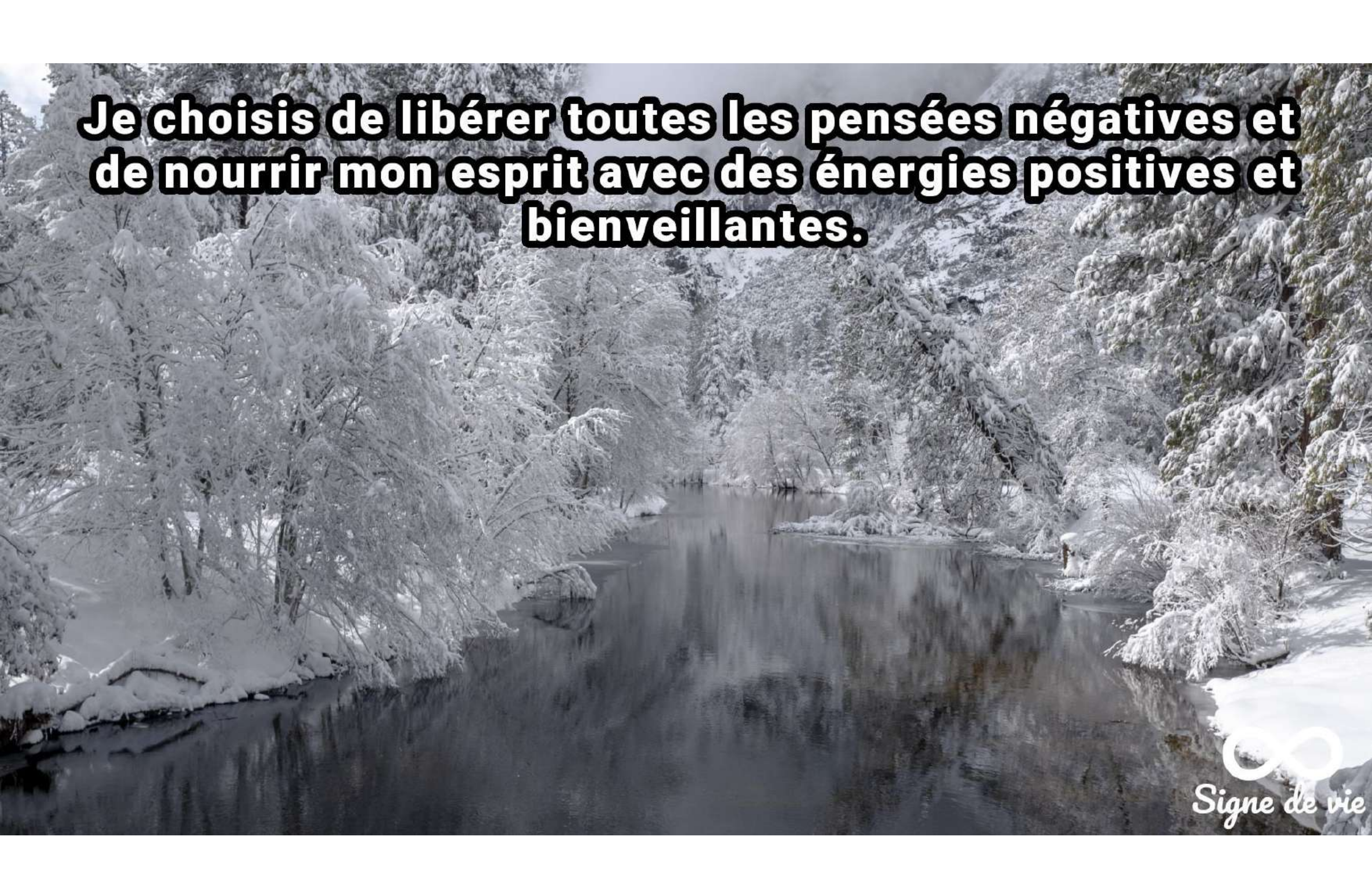



Chaque jour est une nouvelle chance de briller et
de réaliser ce qui te tient à cœur
Signe de vie

Chaque jour est une nouvelle opportunité de se connecter avec ceux qu'on aime et de créer des souvenirs précieux.

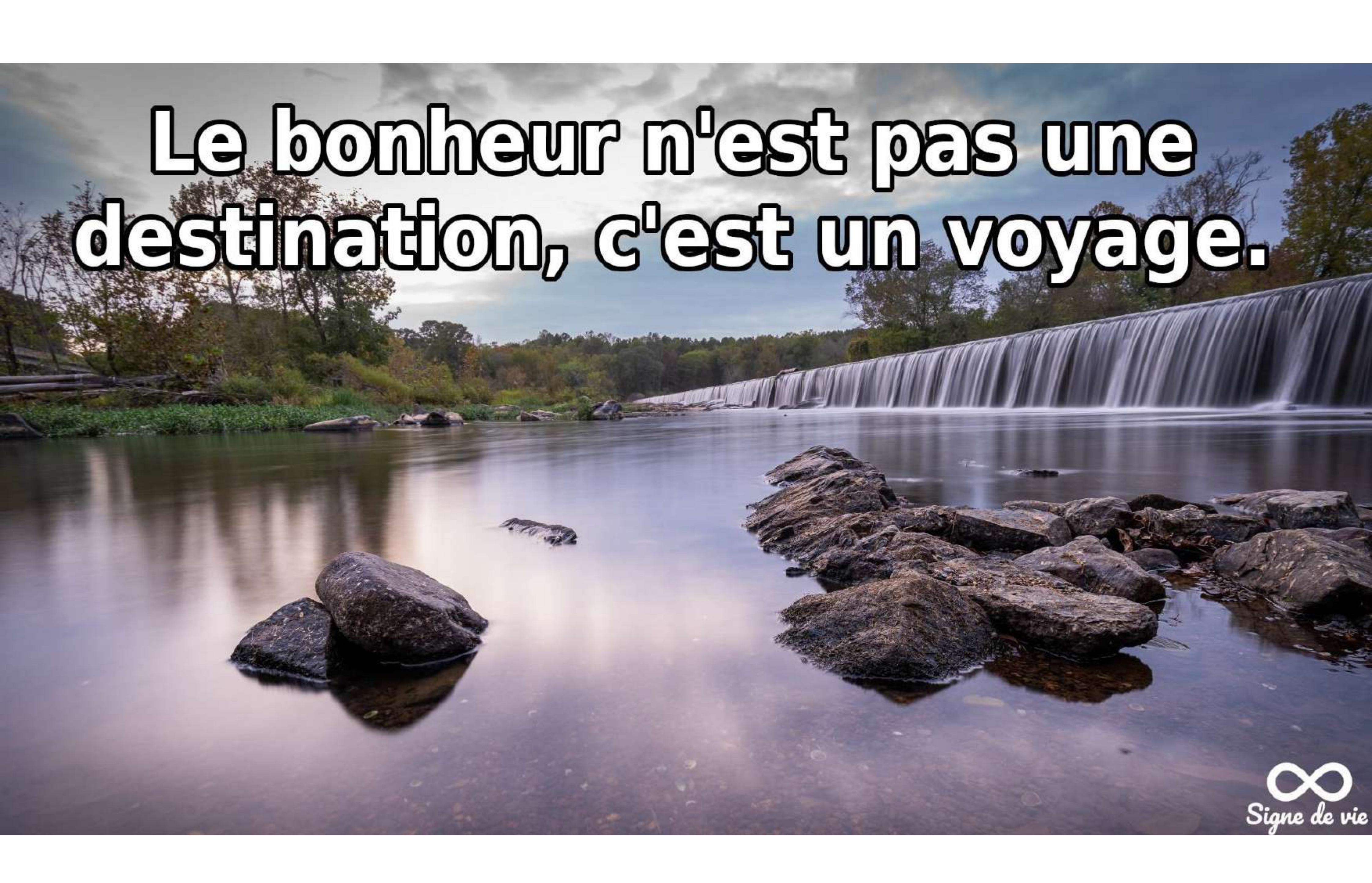



L'amour de la nature est une source infinie de paix et d'émerveillement, où chaque paysage, chaque souffle de vent, nous rappelle la beauté simple et puissante du monde qui nous entoure.
Signe de vie

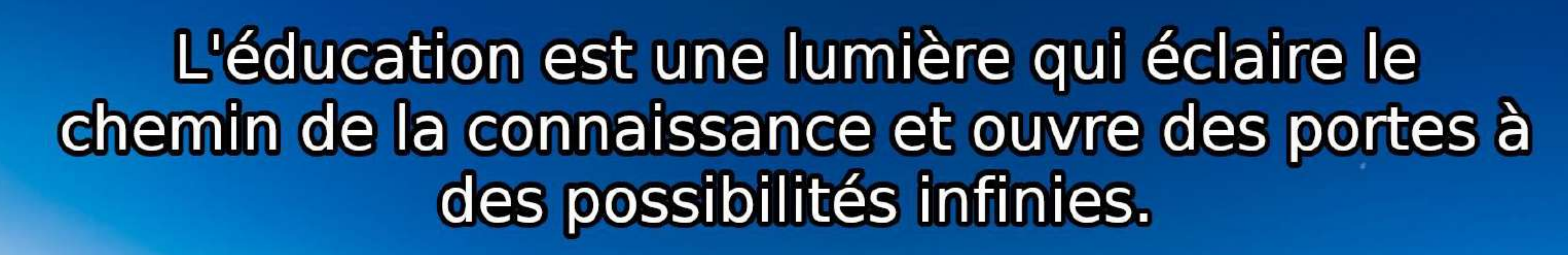

Je choisis de libérer toutes les pensées négatives et de nourrir mon esprit avec des énergies positives et bienveillantes.
Signe de vie


La première loi du bonheur est le respect des autres.
Signe de vie

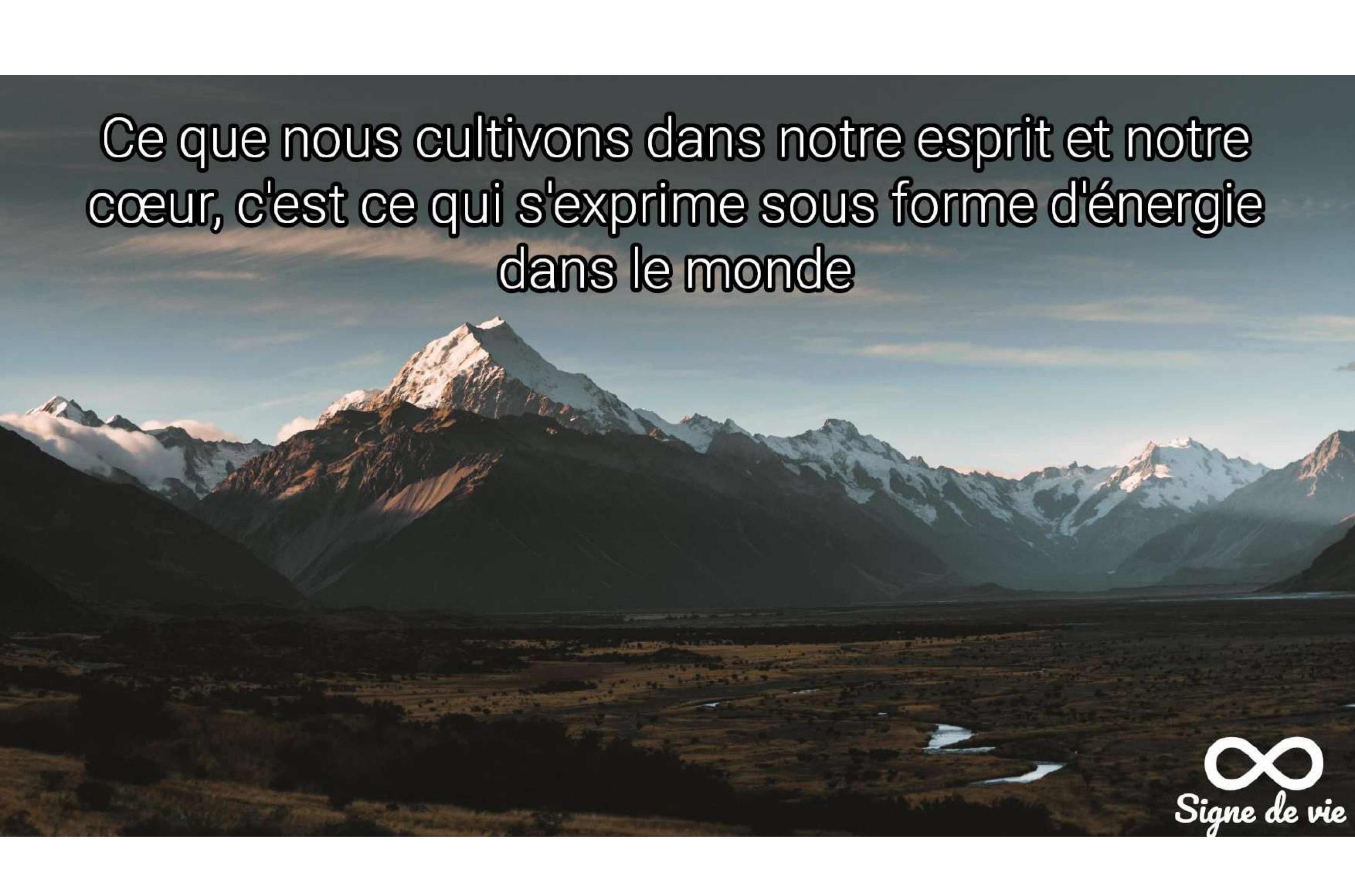

Lorsque la paix règne, les différences deviennent une richesse, et l'humanité avance ensemble vers un avenir meilleur.
Signe de vie


Le bonheur n'est pas une
destination, c'est un voyage.
Signe de vie

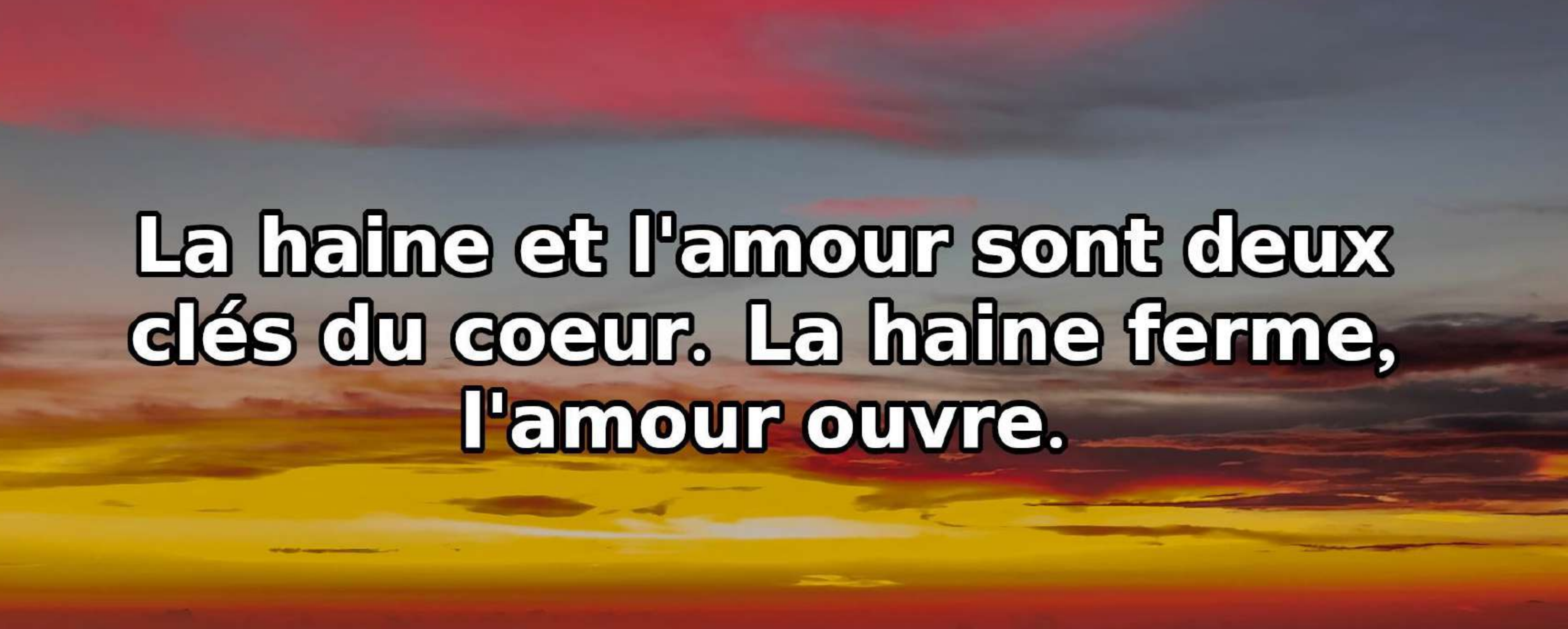

Cultiver le calme au quotidien ouvre la porte à
un bonheur durable, nous aidant à mieux gérer
les défis et à accueillir la vie avec sérénité.
Signe de vie


L'éducation est une lumière qui éclaire le
chemin de la connaissance et ouvre des portes à
des possibilités infinies.


Signe de vie


Ce que nous cultivons dans notre esprit et notre cœur, c'est ce qui s'exprime sous forme d'énergie dans le monde
Signe de vie


Les braises d'un amour se
consument sereinement dans un
partage sans faille.
Signe de vie

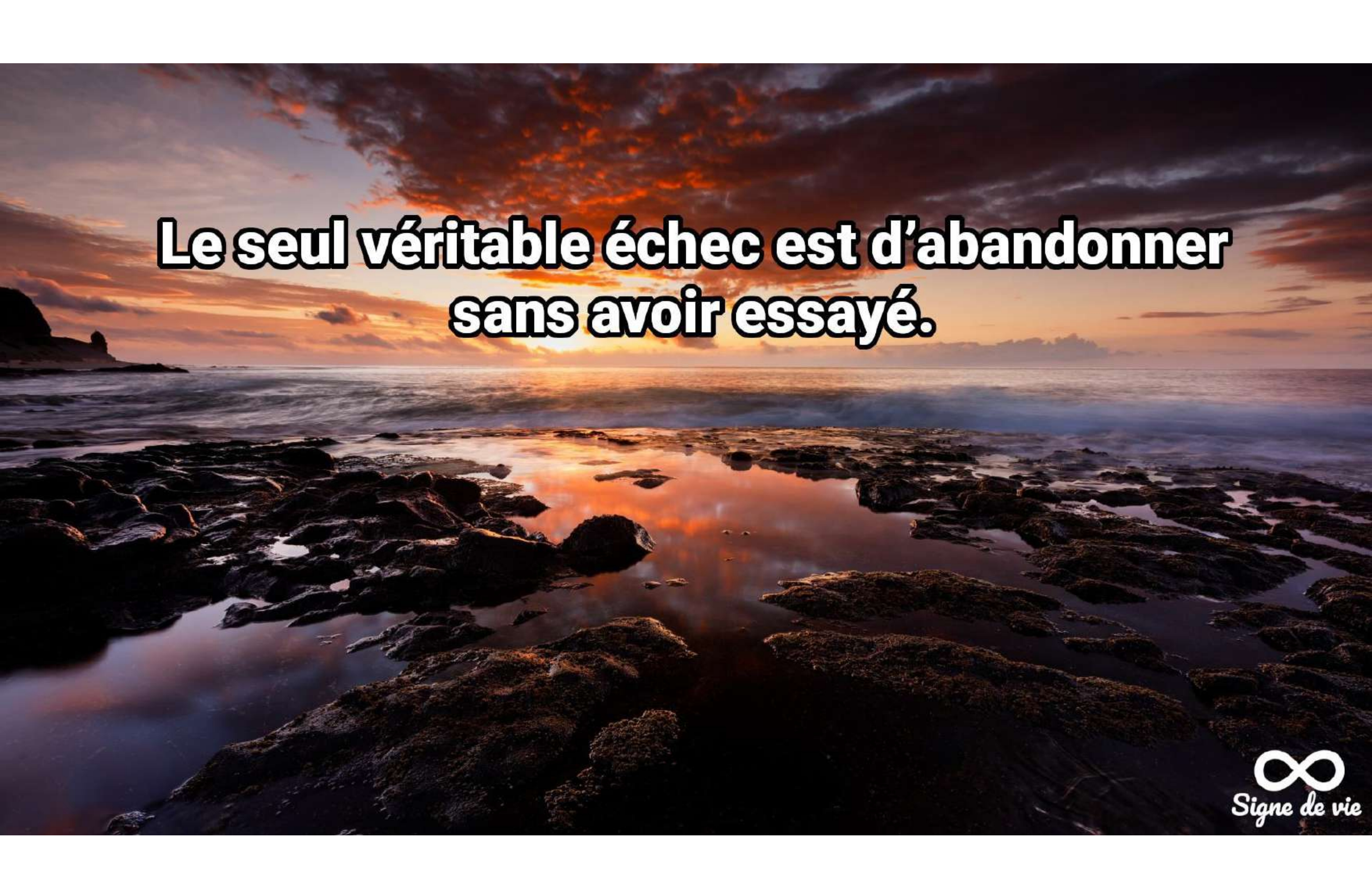

La haine et l'amour sont deux clés du coeur. La haine ferme, l'amour ouvre.
Signe de vie


Le plus grand secret pour le bonheur,
c'est d'être bien avec soi.
Signe de vie

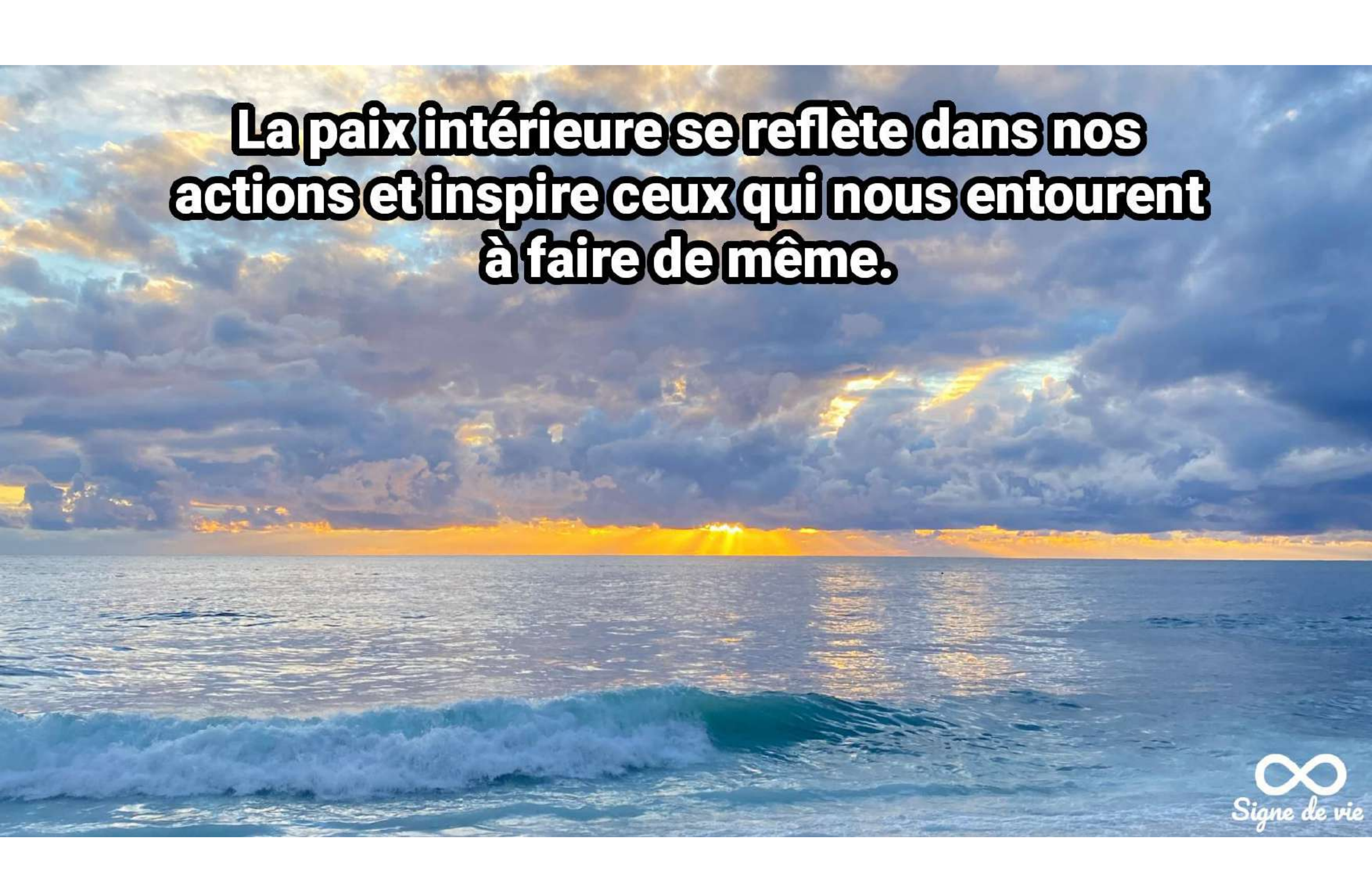

La paix commence par un sourire.
Signe de vie

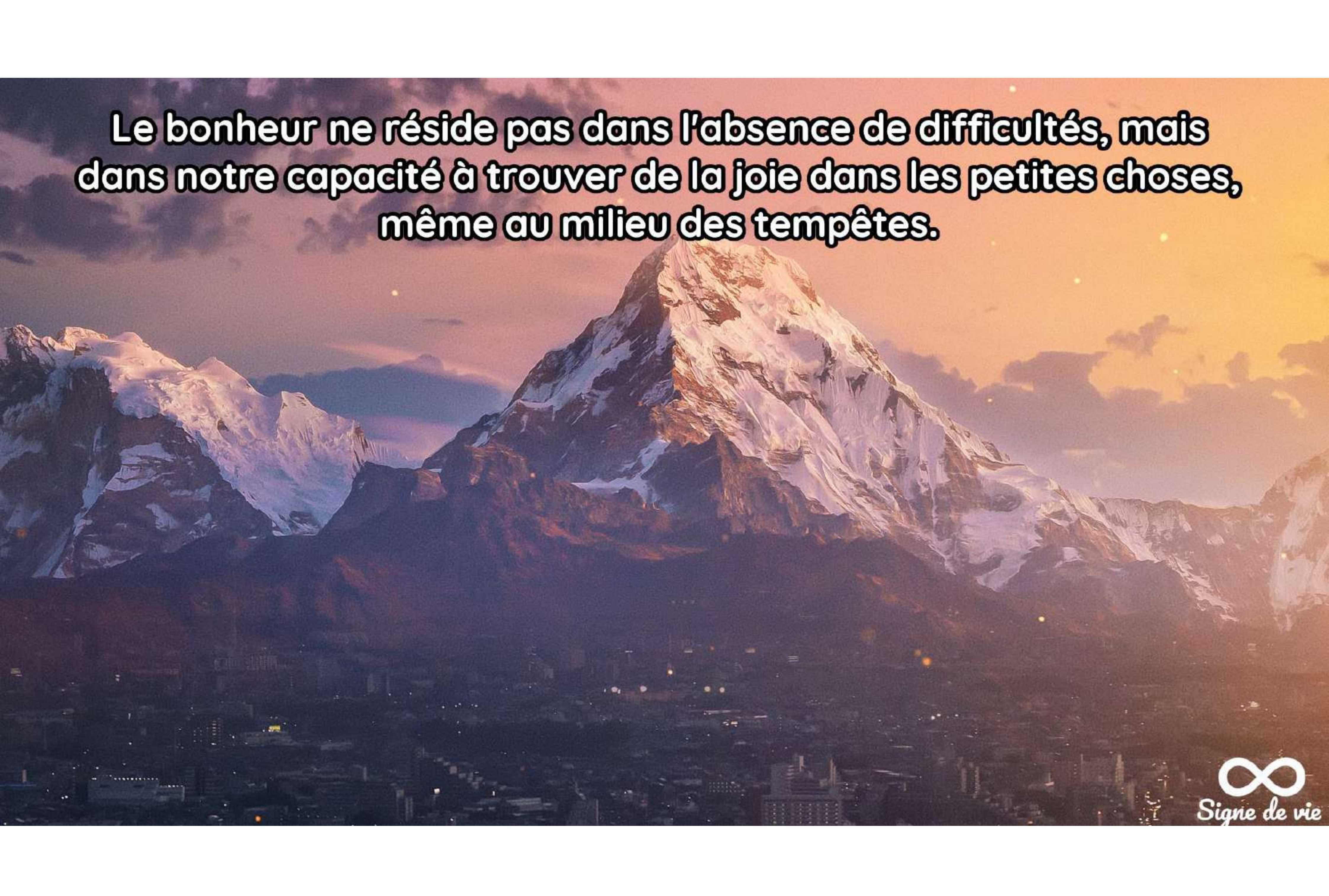

Le bonheur se construit dans un cœur satisfait.
Signe de vie

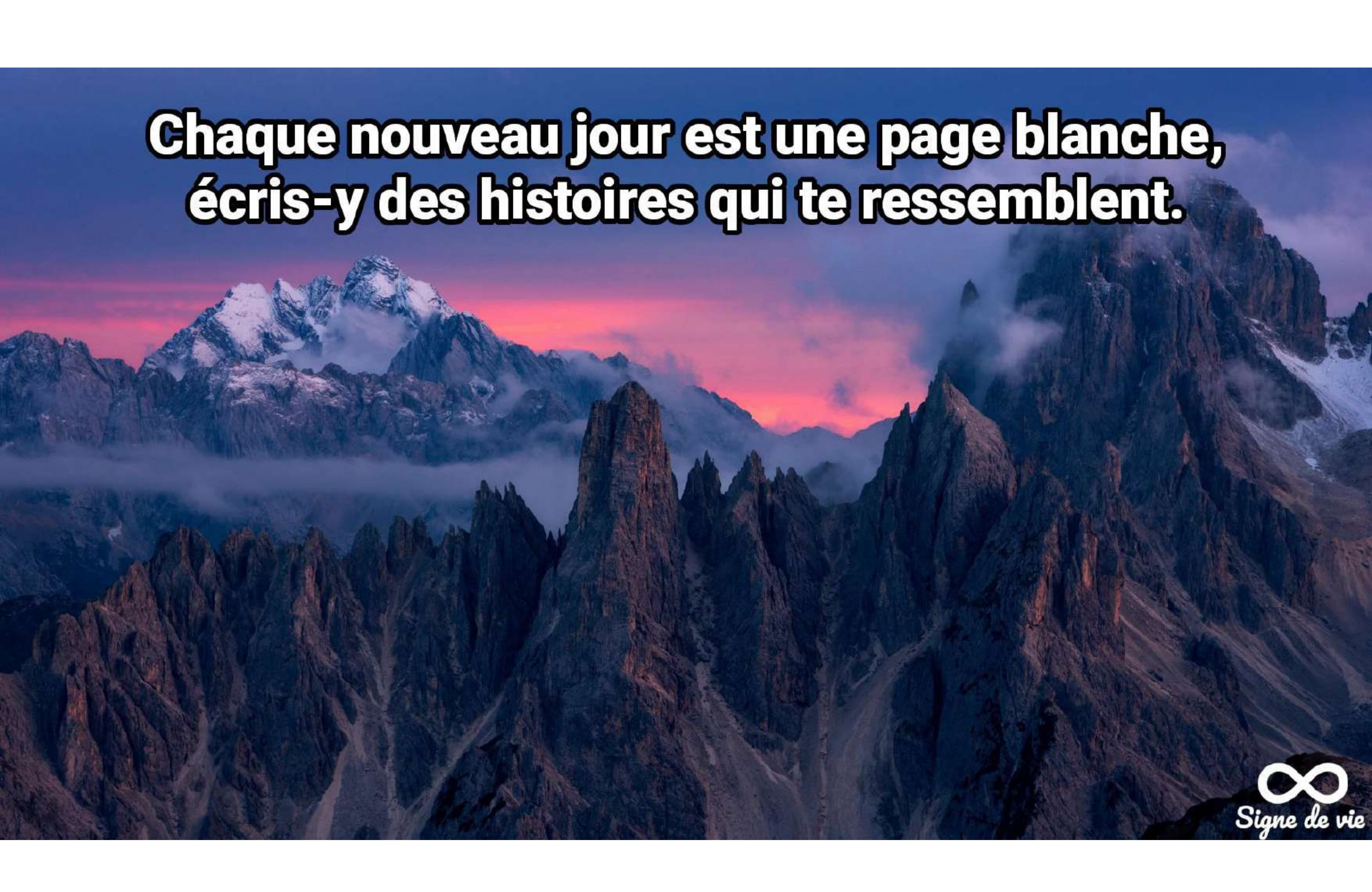

Parfois, il faut savoir attendre avec confiance, car les meilleures choses prennent souvent du temps à se manifester.
Signe de vie


Le seul véritable échec est d’abandonner
sans avoir essayé.
Signe de vie

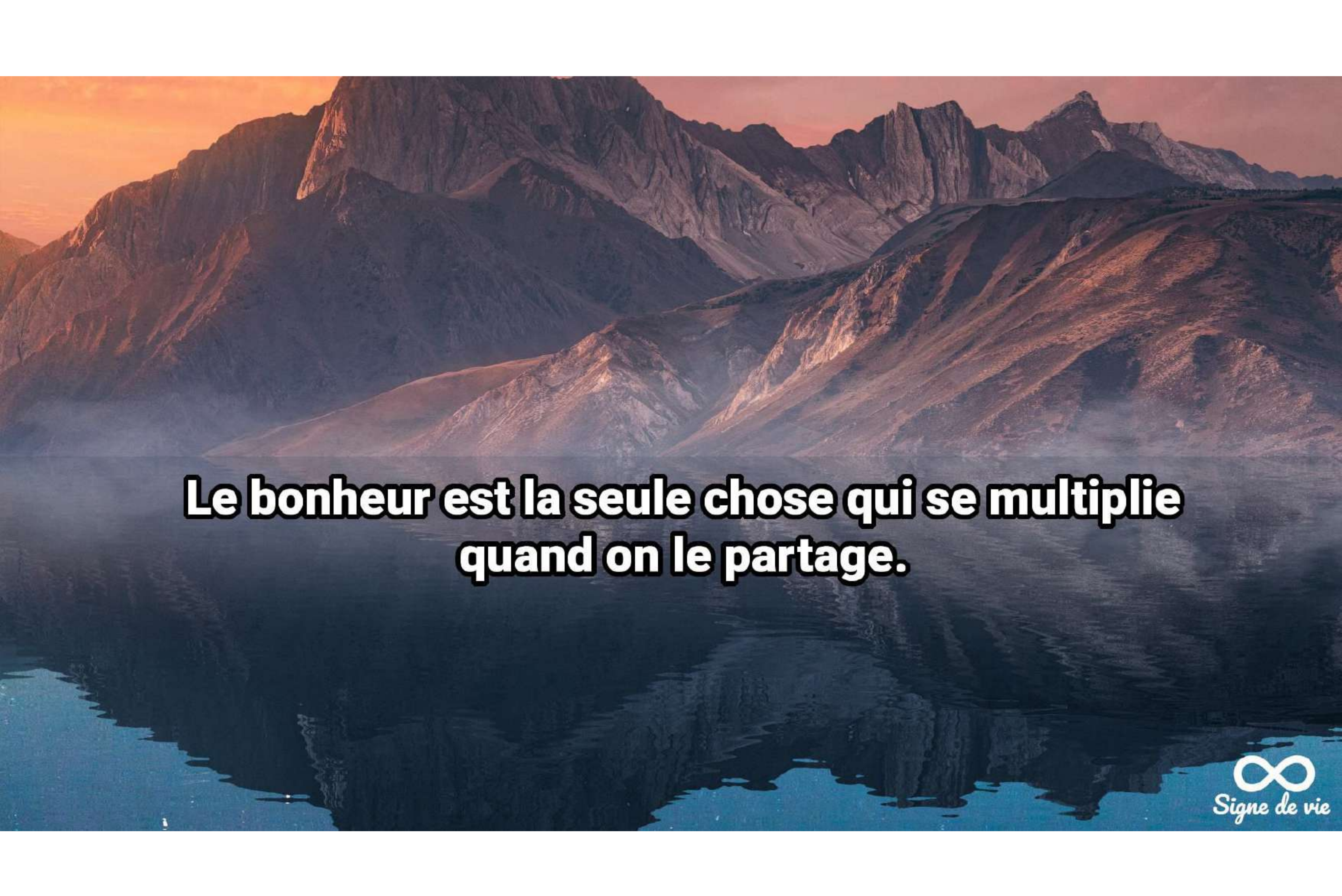

L'amour apporte la vie, la joie, le bonheur là où il réside.
Signe de vie


La paix intérieure se reflète dans nos
actions et inspire ceux qui nous entourent
à faire de même.
Signe de vie


Le bonheur ne réside pas dans l'absence de difficultés, mais
dans notre capacité à trouver de la joie dans les petites choses,
même au milieu des tempêtes.
Signe de vie


Chaque nouveau jour est une page blanche,
écris-y des histoires qui te ressemblent.
Signe de vie


La diversité est la seule chose que
nous avons tous en commun.
Célébrons-la chaque jour.
Signe de vie


Le bonheur est la seule chose qui se multiplie
quand on le partage.
Signe de vie